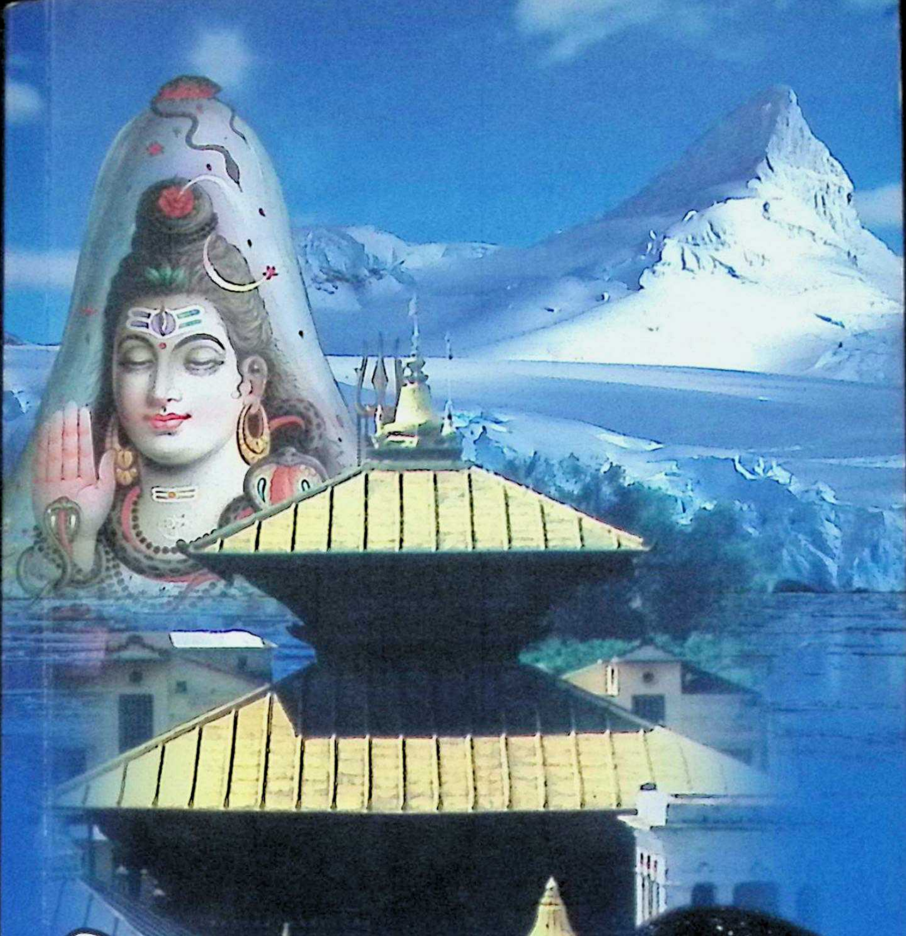


शिव-सूत्र

(...र गयो स्वर्ण-युग, रहन गयो स्वर्ण-धूलकण शेष)

ओशो

3
छ्रि

शिव-सूत्र

शिव-सूत्र विषयमा पुनामा ओशोद्वारा दिइएको
दशअमृत प्रवचनको अनुपम सङ्कलन
बितेर गयो स्वर्ण-युग, रहन गयो स्वर्ण-धूलकण शेष

शिव-सूत्र

शिव-सूत्र विषयमा पुनामा ओशोद्वारा दिइएको
दशअमृत प्रवचनको अनुपम सङ्कलन
बितेर गयो स्वर्ण-युग, रहन गयो स्वर्ण-धूलकण शेष

लेखक

ओशो

अनुवादक

काशीराज सुवेदी

प्रकाशक तथा वितरक

मधुवन प्रकाशन

पुतलीसडक, काठमाडौं

प्रकाशकबाट प्रत्यक्ष र स्पष्ट अनुमति नलिई प्रस्तुत पुस्तकलाई जस्ताको तस्तै वा तोडमोड गरी पूर्ण वा आंशिक रूपमा पुनः प्रकाशन वा पुनर्मुद्रण गर्न पाइने छैन । कसैले यसो गरे/गराएको पाइएमा कानूनबमोजिम कारवाही हुने व्यहोरा जानकारी गराइन्छ ।

प्रकाशक
मधुवन प्रकाशन
पुतलीसडक, काठमाडौं
फोन : ०१-४४२०१८८

लेखक
ओशो

३१२५०

पुस्तक
शिव-सूत्र

अनुवादक
काशीराज सुवेदी

भाषा सम्पादन
उद्धव उपाध्याय

संस्करण : २०७६

सर्वाधिकार : प्रकाशकमा सुरक्षित

मूल्य : रू. ४७५।-
कम्प्युटर : एम.पी. कम्प्युटर केन्द्र, काठमाडौं ।
आवरणः दिव्या बज्राचार्य
ISBN : 978-9937-512-78-7

भूमिका

शिव-सूत्र साधनाको गुह्य रहस्यले भरिएको पुस्तक हो । भगवान् शिवले हजारौं वर्ष अगाडि दिनुभएका सूत्रहरू आज पनि साधकहरूका निम्ति उत्तिकै सामयिक र उपयोगी छन् । यस युगका अद्वितीय सिद्ध पुरुष ओशोले भगवान् शिवको ध्यान र साधना सम्बन्धी सूत्रहरूको समय सापेक्ष र सान्दर्भिक व्याख्या गरिदिएर साधकहरू माझ प्रस्तुत गरिदिनुभएको छ ।

शिव सूत्रमा साधनाको पथमा साधकका निमित्त शरीरको, प्रयासको र ज्ञानको भूमिकाको बारेमा चर्चा गरिएको छ । ओशो भन्नुहुन्छ- जीवन-सत्यको खोजको दुईवटा मार्ग हुनसक्छ । पुरुषको मार्ग हो- आक्रमणको, हिंसाको, लुछाचुडीको । स्त्रीको मार्ग हो- समर्पणको । विज्ञान पुरुषको मार्ग हो; विज्ञान आक्रमणको मार्ग हो । धर्म स्त्रीको मार्ग हो । जीवनको रहस्य तिमीले पाउन सक्छौ, तिमी झुक्यौ भने, प्रार्थना गर्‍यौ भने । साधना पथमा ज्ञानको महत्वबारे बताउने ओशो योगपथमा हामीले बुझ्न नसक्ने, हामीलाई चकित पारिदिने, बुद्धिको ग्रहणशीलताभन्दा माथिको विश्मयकारी रहस्यको भूमिकाबारेमा पनि प्रकाश पार्नुहुन्छ ।

यस पुस्तकमा ओशोले गुरूको महत्वबारे पनि व्याख्या गर्नुभएको छ । ओशो भन्नुहुन्छ गुरूको अर्थ हो- जसलाई अनुभव भएको छ, जसले जानेको छ, जो कारागृहबाट छुटिसकेको छ ।

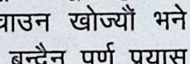
ओशो भन्नुहुन्छ- 'यो जीवनको खोज तिमी एक्लै गर्न सक्दैनौ किनकि एक्लै त तिमी आफ्नै बर्तुलमा बन्द भइराखेको छौ । तिमी जे हौ- आफ्नै खोलमा थुनिएको तिमीले बुझेका छौ, यही जीवन हो भनेर । यो खबर तिमीलाई बाहिरबाट त्यसैले दिनुपर्छ, जसले यो भन्दा विराट् जीवनलाई जानेको छ । यस अतिरिक्त कुनै उपाय छैन । र तिमीले आफ्नै हातबाट चेष्टा गर्‍यौ सुल्झाउनलाई भने झन् उल्झिन जाने डर भैराख्छ ।

यस पुस्तकमा ओशोले ध्यानको महत्वबारे व्याख्या गर्नुभएको छ । ओशो भन्नुहुन्छ- जीवन खोजको महान् यात्राको, सत्यको मन्दिरंसम्म पुग्ने बाटोको आधारशीला ध्यान हो । ओशो भन्नुहुन्छ, 'तिमी जुन दिन सबै जरूरत पूरा गरौला त्यस दिन अचानक पाउनेछौ साँच्चै जरूरत एक थियो, त्यो ध्यान हो, बाँकी सबै जरूरत शरीरको थियो, तिम्रो थिएन ।' ओशो भन्नुहुन्छ ध्यान, साधनाले अन्तमा साधकलाई शिवतुल्य बनाइदिन्छ । शिवतुल्यको बारेमा ओशो भन्नुहुन्छ- जब कुनै व्यक्ति समदर्शनमा स्थिर हुनजान्छ शिवको यही चेष्टा हो; बुद्धको, ओशोको यही प्रयास हो कि हरेक साधक उनीहरू जस्तै बनून् । उनीहरूले जुन परमआनन्द प्राप्त गरे त्यो सबैको सम्पदा बनोस् । यस कैवल्य अवस्थामा पुगेका योगीहरू जन्म-मरणबाट पार हुन्छन् ।

ओशोले आफ्नो व्याख्यामा बोध कथाहरूमार्फत जटिल सूत्रहरूलाई पनि सरल गरिदिनुभएको छ । तर यी सूत्रहरू पढेर मात्र शिवतुल्य हुन सकिंदैन । यसका निमित्त आफूलाई पूरा डुबाउन जरूरी छ । हामीले आफूलाई थोरै मात्र पनि बचाउन खोज्यौं भने हाम्रो श्रम व्यर्थ भएर जान्छ । जबसम्म श्रम उद्योग बन्दैन पूर्ण प्रयास बन्दैन-तबसम्म भैरवको उपलब्धि हुँदैन ।

अन्त्यमा एउटा अर्को ओशोको पुस्तक नेपालीमा उल्था गरी पाठकमाझ ल्याइदिनु भएकोमा मधुवन प्रकाशनलाई धन्यवाद छ । ओशोको हिन्दी भाषाको पुस्तक नेपालीमा उल्था गर्ने कठिन कार्य गर्नुहुने काशीराज सुवेदीलाई पनि धेरै-धेरै धन्यवाद ।

रमेश राजकर्णिकार



अध्यक्ष,

ओशो तपोवन

नागार्जुन हिल्स, काठमाडौं

विषय प्रवेश

धर्म महान क्रान्ति हो । धर्मलाई तिमीले जुन रूपमा अहिलेसम्म बुझिरहेका छौ, त्योसँग धर्मको सम्बन्ध नभए बराबर छ । त्यसैले शिव–सूत्रले तिमीलाई पीडाको अनुभूति पनि गराउन सक्छ । तिमी भयभीत हुन सक्छौ, डराउन सक्छौं; किनभने तिमीले आफ्नो धर्म नै धरमरमा परेको पाउँनेछौ । यसभित्रका सूत्र तिमीले बुझ्यौ भने तिम्रा मन्दिर, तिम्रा मस्जिद, तिम्रा गिरिजाघर ढल्छन् ! यिनलाई बचाउने कोशिशमा तिमी नलाग; किनभने ती त्यही रूपमै बाँचिरहुन्, तैपनि त्यसबाट तिमीलाई केही प्राप्त हुने छैन । तिमी तिनैमा बाँचिरहेका छौ, र तिमी मूर्दा भएका छौ । मन्दिर भव्यसँग सिगाँरिएका छन, र पनि तिम्रो जीवनमा कुनै खुशीको किरण छैन । मन्दिरमा प्रर्याप्त उज्यालो छ; त्यसबाट तिम्रो जीवनको अँध्यारो हटेको छैन । यसो भए पनि भयभीत नबन; किनभने सूत्रले तिमीलाई कठिनाइमा पुऱ्याउँछ नै । किनभने शिव कुनै पुरेत होइनन् । पुरेतको भाषा अर्ती-उपदेशको हुन्छ, तिमीले तिनैलाई सधैं चित्तबुझ्दो मान्ने गरेका छौ; किनभने पुरेतको कामै तिमीलाई शोषण गर्नु हो । पुरेत तिमीलाई बदल्न उत्सुक हुँदैनन् । तिमीजस्ता छौ त्यस्तै भइराख, यसैमा पुरेतलाई फाइदा छ । तिमी रूग्ण, विरामी जे अवस्थामा छौ–त्यस्तै भइराख, यसैमा पुरेती व्यवसाय फस्टाउँछ ।

मैले सुनेको थिएँ, कुनै डाक्टरको छोरो पढे-लेखेर घर फर्कियो । ती पिताले कामबाट कहिल्यै फुर्सद पाएका थिएनन् । डाक्टर पिताले छोरोलाई भने, मैले जीवनभर विश्राम नलिई कमाउने मात्रै काम गरें । मेरा सबै कारोबार अब तिमी सम्हाल, तीन महिनाजति म विश्राम लिन्छु । उनी विदेशयात्राका लागि निस्किए । तीन महिनापछि घर फर्किएका डाक्टरले छोरालाई सोधे, कारोबार

सबै ठीक चल्दैछ ? छोरोको उत्तर थियो, एकदम राम्रो चल्दैछ । तपाईं छक्कै पर्नुहुनेछ । पिताजी, तपाईंले जीवनमा निको पार्न नसकेको विरामीलाई, मैले तीन महिनामै पूर्णस्वस्थ पारिदिएँ । पिताले आफ्नै थाप्लो समाते । उनले भने मूर्ख ! त्यही त हाम्रो व्यवसाय थियो । मैले उसलाई ठीक पार्न सक्दैनथें र ? नत्र तेरो पढाइ खर्च कहाँबाट आउँथ्यो ? त्यसैको त भर थियो । अरू बच्चाले पनि पढ–लेख गर्न पाउँथे । तैले सारा काम बर्बाद गरिदिइस् ।

पुरेतले तिमीलाई तिमी जस्ता छौ- रूग्ण, बिरामी- त्यस्तै राख्न चाहन्छ । त्यसैमा पुरेतको व्यवसाय छ । शिव कुनै पुरेत होइनन् । शिव तीर्थंकर हुन् । शिव अवतार हुन् । शिव क्रान्तिद्रष्टा हुन्, मुक्तिदाता हुन् । उनी वाणीमा जे बोल्छन्, त्यो आगो हो । तिमी जल्न तयार छौ भने मात्रै उनीछेउ जाऊ; तिमी मेटिन तयार छौ भने मात्रै उनको निम्तोलाई स्वीकार गर । किनभने तिमी आफू मेटियौ भने मात्र तिम्रो नयाँ जन्म हुन्छ । तिम्रो खरानीमा नै नयाँ जीवनको शुरूवात छ ।

विषयसूची

पहिलो प्रवचन
जीवन-सत्यको खोजको दिशा ---------------------------------- ११

दोस्रो प्रवचन
जीवन--जागृतिको साधना–सूत्र ---------------------------------- ४७

तेस्रो प्रवचन
योग सूत्रः विस्मय, वितर्क, विवेक---------------------------------- ८२

चौथो प्रवचन
चित्तको अतिक्रमणको उपाय ----------------------------------११६

पाँचौ प्रवचन
संसारको सम्मोहन र सत्यको आलोक----------------------------------१५१

छैटौं प्रवचन
दृष्टि नै सृष्टि हो ----------------------------------१७९

सातौं प्रवचन
ध्यान अर्थात् चिदात्म सरोवरमा स्नान ----------------------------------२१५

आठौं प्रवचन
जो जाग्रत भयो उसले मणि पायो ----------------------------------२४६

नवौं प्रवचन
साधु, सहज समाधि भलो ! ----------------------------------२७३

दशौं प्रवचन
साक्षित्व नै शिवत्व हो ----------------------------------३०४

पहिलो प्रवचन

जीवन-सत्यको खोजको दिशा

ॐ नमः श्रीशंभवे स्वात्मानन्दप्रकाशवपुषे ।	*ॐ स्वप्रकाश आनन्द-स्वरूप भगवान् शिवमा प्रणाम ।*
अथ शिव-सूत्रः	*(अब) शिव-सूत्र (प्रारम्भ)*
चैतन्यमात्मा ।	*चैतन्य आत्मा हो ।*
ज्ञानं बंधः ।	*ज्ञान बंध हो ।*
योनिवर्गः कलाशरीरम् ।	*योनिवर्ग र कला शरीर हो ।*
उद्यमो भैरवः ।	*उद्यम नै भैरव हुन् ।*
शक्तिचक्रसंधाने विश्वसंहारः ।	*शक्तिचक्रको साधनबाट विश्वको संहार हुन जान्छ ।*

जीवन-सत्यको खोज दुई मार्गबाट हुन सक्छ । एउटा पुरूषमार्ग हो–आक्रमणको, हिंसाको, लुछाचुँडीको । अर्को स्त्रीमार्ग हो–समर्पणको, प्रतिक्रमणको ।

विज्ञान पुरूषको मार्ग हो; विज्ञान आक्रमण हो । धर्म स्त्रीको मार्ग हो; धर्म नमन हो । यसलाई असाध्यै राम्रोसँग बुझ्नू ।

यसैले पूर्वीयजगत्का सबै शास्त्रहरू परमात्मालाई नमस्कार आराधना गरेर शुरू हुन्छन् । त्यो नमस्कार केवल औपचारिक मात्रै हुँदैन । त्यो केवल एक परम्परा र नीति मात्रै हुँदैन । त्यो नमस्कारले सङ्केत गर्छ–मार्ग समर्पणको हो । जो विनम्र छ, केवल त्यसलाई उपलब्ध हुन सक्छ । जो आक्रामक छ, अहंकारले भरिएको छ; जसले सत्यलाई पनि लुछाचुँडीबाटै हासिल गर्न चाहन्छ; जो सत्यको पनि मालिक बन्ने आकाङ्क्षा राख्छ; जो परमात्माको द्वारमा एक सैनिक भाँती पुग्छ–विजय गर्नलाई, ऊ पराजीत हुन्छ । लुछाचुँडी गरीगरी भलै उसले क्षुद्र वस्तु पाओस्, विराट् उसका लागि सम्भव

हुनेछैन । लुटपाट गरेर भलै व्यर्थ चीज हात पारेर घर ल्याओस्; तर जो सार्थक छ, त्योचाहिँ उसको लूटको हिस्सा बन्नै सक्दैन ।

त्यसैले विज्ञानले व्यर्थको वस्तुको खोजी गर्छ; सार्थक चाहिँ बेवास्तामा परेर जान्छ । ढुङ्गा, माटो, पदार्थसम्बन्धि जानकारी त मिल्ला नै, तर आत्मा र परमात्माको जानकारीचाहिँ छुटेरै जान्छ । मानौं, तिमीले बाटो हिँड्दै गरेकी कुनै स्त्रीमाथि हमला गरी स्त्रीको शरीरलाई कब्जा गरौला, तर उसको आत्मा तिमीले पाउने छैनौ । उसको प्रेम तिमीले पाउने छैनौ ।

जो मनुष्य आक्रामक किसिमले परमात्मातिर जान्छ, ऊ बलात्कारी हो । परमात्माको शरीरलाई भलै उसले कब्जा गरोस्–यस प्रकृतिमा जे देखिन्छ, जुन दृश्य छ–त्यसको चिर-फार गरोस्, विश्लेषण गरोस्, त्यसको रहस्य खोजोस्, तर उसको खोज उस्तै क्षुद्र हुनेछ, जस्तो कुनै पुरूषले कुनै स्त्रीमाथि हमला गरेको होस् र बलात्कार गरेको होस् । स्त्रीको शरीर पाउला, तर उपलब्धि दुई कौडीको भन्दा बढीको हुँदैन; किनभने उसको आत्मालाई तिमीले छुनसम्म पाउने छैनौं । र उसको आत्मालाई छुन सकेनौ भने त्यसभित्र जो प्रेमको सम्भावना थियो–जो लुकेर बसेको बीज प्रेमको–त्यो कहिल्यै अङ्कुरित हुने छैन । उसको प्रेमको वर्षा तिमीलाई प्राप्त हुँदैन ।

विज्ञान बलात्कार हो । त्यो प्रकृतिमाथिको हमला हो; मानौं प्रकृति कुनै शत्रु हो; मानौं उसलाई जित्नुछ, पराजित गर्नुछ । त्यसैले विज्ञान भत्काउन-बिगार्नमा भरोसा राख्छ–विश्लेषण भनेको भत्काउनु बिगार्नु हो; काट्ने-धूल्याउनेमै विश्वास गर्छ । वैज्ञानिकलाई तिमीले फूल सुन्दर छ भनेर सोध्यौ भने उसले फूललाई चुँड्छ, टुक्रयाउँछ, जाँचबुझ गर्छ । उसलाई थाहा छैन, चुँड्नाले सौन्दर्य हराउँछ । पूर्ण हुनुमा सौन्दर्य थियो । टुक्रा-टुक्रामा सौन्दर्य हुँदैन । त्यसरी उसले फूलका रासायनिक तत्व भेट्टाउँछ । कुन चीजबाट फूल बन्यो, कुन पदार्थबाट बन्यो, कुन खनिज र द्रव्यबाट बन्यो, कुन खनिज र द्रब्यहरूबाट बनेको हो–त्यो सबै जानकारी उसले पाउने छ । तिमीले सिसीहरूमा अलग–अलग फूलका अङ्गहरूलाई एकत्र पारेर लेबल पनि लगाएर तिमी भन्ने छौ–यी केमिकल्स हुन्, यी पदार्थ हुन्; यी सबै मिलेर फूल बनेको थियो । अब कहाँ छ फूल ?

तर तिमीले एउटा पनि सिसी सौन्दर्यले भर्न सक्ने छैनौ, तिमी भन्न सक्दैनौ यो सौन्दर्य हो, जुन पहिले फूलमा थियो। सौन्दर्य नष्ट भएर जान्छ। तिमीले फूलमाथि आक्रमण गर्‍यौ भने फूलको आत्मालाई तिमीले पाउन्नौ, शरीर मात्रै फेला पार्छौ। विज्ञानले आत्मामा भरोसा राख्दैन। भरोसा राखोस् पनि कसरी ? त्यत्रो प्रयासपछि पनि आत्माको एक झल्को पाउँदैन। झल्को नपाउने मात्रै होइन। आत्मा नभएको कारण यसो भएको होइन; तिमीले जुन ढङ्ग अपनायौ, त्यो आत्मा हासिल गर्ने ढङ्ग नै होइन। तिमी जुन द्वारबाट प्रवेश गर्‍यौ, त्यो त क्षुद्र पाउने द्वार हो। आक्रमणबाट बहुमूल्य चीज पाउँन सम्भव छैन।

नमनको द्वारबाट तिमी गयौ भने जीवनको रहस्य पाउन सक्छौ। तिमी निहुरियौ, तिमीले प्रार्थना गर्‍यौ भने मात्र तिमी प्रेमको केन्द्रसम्म पुग्न सक्छौ।

परमात्मालाई खुसी पार्नु भनेको करीब–करीब एउटी स्त्रीलाई खुसी पार्नुजस्तै हो। उनलाई रिझाउन अति प्रेमपूर्ण, अति विनम्र, प्रार्थनाले भरिएको हृदय चाहिँन्छ। हतार त्यहाँ हुनु हुँदैन। हतार गर्‍यौ कि तिमी चुक्यौ। त्यहाँ त ठूलो धैर्य चाहिँन्छ। तिम्रो हतार उनको हृदयघात बनिदिन सक्छ। किनभने हतार पनि आक्रमणकै स्वरूप हो।

त्यसैले जो परमात्मा खोज्न निस्कन्छन्, उनीहरूको जीवनको ढङ्गलाई दुई शब्दमा समेटिएको हुन्छः प्रार्थना र प्रतीक्षा। प्रार्थनाबाट शास्त्र शुरू हुन्छन् र प्रतीक्षामा पुगेर पूरा हुन्छन्। प्रार्थनाबाट खोज यसैले त शुरू हुन्छ।

यो शास्त्रको पहिलो चरण हो :

'ॐ स्वप्रकाश आनन्द-स्वरूप भगवान् शिवलाई नमन !'

र अब शिव- सूत्र प्रारम्भ !'

यो नमनलाई भित्रसम्म गहिराइमा पुग्न देऊ। किनभने द्वारमै भूल भयो भने यसपछि मैले जे चर्चा गर्नेछु, त्यो नबुझिने भैदिन सक्छ।

पुरूषलाई थोरै हटाएर राखौं। आक्रामक वृत्तिलाई थोरै पर सारौं। यो बुझाइ बुद्धिबाट आउनेवाला हैन; हृदयबाट आउनेवाला हो। यो बुझाई कुनै तिम्रो तर्कमा निर्भर हुनेवाला हैन; यो त तिम्रो

प्रेममा निर्भर भैदिन्छ । यो शास्त्रलाई तिमी बुझ्नेछौ; तर यो बुझाइ यस्तो हुने छैन जसरी कसैले गणितलाई बुझ्ने गर्छ । यो बुझाइ यस्तो हुनेछ, जसरी कुनै काव्यलाई बुझ्न पुग्छ । कवितामा तिमी झम्टिएर वेगले आउन्नौ । तिमी कविताको विस्तारै- विस्तारै स्वाद लिन्छौ, चुस्की लिन्छौ; जसरी कसैले चिया पिउँछ । चियालाई तिमी स्वाट्ट निल्दैनौ । त्यो कुनै तीतोटर्रो ओखती होइन । तिमी त्यसको स्वाद लिन्छौ, चुस्की लिन्छौ बिस्तारै-बिस्तारै, उसको स्वादलाई लीन हुन दिन्छौ । र एउटै कवितालाई पनि गहिरोसँग बुझ्नु छ भने, त्यो अवस्थामा पढ्नुपर्छ । एउटा गणितलाई तिमीले एकपटक बुझ्यौ भने, फेरि दोहऱ्याएर गरिराख्न कुनै आवश्यकता रहन्न; गणित समाप्तै भएर जान्छ । कविता कहिल्यै पनि समाप्त हुँदैन; किनभने हृदयको कुनै अन्त्य र आरम्भ छैन । र तिमी जति प्रेम गर्छौ, उति नै उद्घाटित हुँदै जान्छ । यसैले पूर्वमा हामी शास्त्रको अध्ययन गर्दैनौं; हामी शास्त्रको पाठ गर्छौं ।

शास्त्रको त अध्ययन हुन पनि सक्दैन । अध्ययनको अर्थ हुन्छः बुझ्यो, त्यसपछि फोहरमैलोमा फ्याँकिदियो, झण्झट सबै टुङ्गियो । जब बुझिसकियो अब फेरि गर्ने के छ ! पाठको अर्थ हुन्छः बुझाइ बुद्धिको हुन्थ्यो भने पूरा हुन्थ्यो, यसलाई त पटक-पटक चुस्की लिनुपर्छ । यसलाई त जानी-नजानी कैयौंपटक दाहोऱ्याउनुपर्छ । यसको कतिपय भाव-क्षणमा, अनेकौं मनोदशामा-कहिले बिहान जब सूर्य उदाउँछ त्यसबखत, कहिले रात जब सबैतिर अन्धकार हुन्छ त्यसबेला, कहिले मन प्रफुल्लित हुन्छ त्यतिखेर, र कहिले मन जब विरक्त बन्छ, उदासीपनाले भरिन्छ त्यसबखत-विभिन्न चित्त दशामा, विभिन्न मनो-क्षणमा, यसैमा गहिरिनुपर्छ, तब मात्रै यसका सबै पक्ष बिस्तारै-बिस्तारै प्रकट हुन्छन् । फेरि पनि तिमी यसलाई पूरा गरी भ्याउन्नौ ।

कुनै पनि शास्त्र कहिल्यै पूरा भएर सकिँदैन । तिमी खोजेर जतिजति पाउँछौ, उत्ति नै तिमी पाउने छौ- खोज्नका लागि अरू पनि धेरै बाँकी रहेका छन् । जति गहिराइमा तिमी पुग्छौ, गहिराइ झन्झन् गहिरिएर गएको तिमीले पाउनेछौ । शास्त्रलाई कहिल्यै पनि पाठीले सिध्याएको अनुभव गर्ने पाउँदैन । पाठको अर्थ नै बार–बार, अनेकौं पटक हो ।

पश्चिमले यो भनाइलाई बुझ्नै सक्दैन । यो बुझाइ उनीहरूको क्षमताभन्दा बाहिरको विषय हो । उनीहरूलाई थाहा छैन, मान्छेहरू गीतालाई हजारौ वर्षदेखि किन पढिराखेका छन् ? र उही एउटै मान्छे हरेक बिहान उठेर गीता पढ्छ; पागल भएकैले हो कि ?

पाठको प्रक्रिया हृदयमा गहिऱ्याउने प्रक्रिया हो भन्ने ज्ञान उनीहरूमा छैन । यहाँ बुझाइसँग त्यति बढी वास्ता छैन; स्वादसँग वास्ता छ । तर्क, गणित र हिसाबसँग उसको कुनै सम्बन्ध छैन । उसको सम्बन्ध त आफ्नै हृदय र ऊ बीचको जुन दूरी छ, त्यसलाई मेटाउनुमा छ । बिस्तारै–बिस्तारै हामी यति लीन बनौ कि पाठी र पाठ एक बनोस्; थाहै नहोस् कि कुन गीता हो र कुन गीताको पाठी ।

यस्तो भावमा जो हिंड्छ- त्यो स्त्रीको भाव हो । यो समर्पणको धारा हो । यसलाई ध्यानमा राख ।

नमन भावमा हामी हिंड्न सकेमा शिवका यी सूत्र स्पष्ट हुन्छन् । सूत्रलाई तिमी आफ्नो गहिराइमा पुग्नदेऊ, र त्यो ठीक छ कि गलत छ निर्णय पनि तुरून्त गरी नहाल । किनभने सूत्रका सम्बन्धमा एउटा कुरा ध्यानमा रहोस्, त्यो ठीक छ कि गलत छ यो तय गर्ने तिमी होइनौ यो तिमीमा भर गर्दैन । तिमीले निर्णय पनि कसरी सक्छौ ? जो आफैं अँध्यारोमा उभिएको छ, उसले प्रकाशका बारेमा के निर्णय गर्ला ! र जसले कहिल्यै स्वास्थ्य जानेन, जो रोगको ओछ्यानमा बाँधिएर लडेको छ, रोगले थलिएर ओछ्यान छोड्न अशक्त छ उसले स्वास्थ्यको परिभाषा कसरी बुझ्ला ! जसले कहिल्यै प्रेमको प्रस्फुरणबाट मनमा झङ्कारको अनुभव गर्न पाएन र जो जीवनभर घृणा, ईर्ष्या र द्वेषमा बाँच्यो, उसले प्रेमको कविता पढ्न त सक्छ तर शब्दमा जे लुकेर बसेको छ, त्यो बुझ्न सक्दैन, अन्तरमा गुँथिएको त्यो द्वार त उसका लागि बन्दै हुन्छ । यसैले के ठीक, के गलत, तिमी निर्णय नगर ।

तिमी केवल पिउँदै बस- बुझ पनि भन्दिन- तिमी केवल पिउने काम गर, तिमी केवल स्वादको तहमा जाऊ । त्यो स्वादले तिमीभित्रको रहस्यको आन्तरिक संसार खोल्न थाल्यो भने, र त्यो स्वादले तिमीभित्र नयाँ सुगन्ध जन्माउँन सक्यो भने तिमी अनुभव गर, छिनभर नै सही, तिम्रो दुर्गन्धको व्यक्तित्व विलीन भएर गयो, तिमीभित्र कुनै फूल फक्रियो र तिमी सुगन्धित भएका छौ, छिनभर नै

किन नहोस् तिमी अनुभव गर कि तिमी अन्धकार होइनौ, कुनै दियो बल्यो, एक झल्को मिल्यो; जसरी अँध्यारोमा बिजुली चम्किएको होस् उसैबाट-उसैबाट त्यसैबाट बुझ्नेछौ। तिम्रो बुझाइले हैन, तिम्रो अनुभवको झलकबाट बुझ्ने छौ। त्यसैले तिमी विनम्र बन।

दोस्रो कुरा, सूत्रको अर्थ हुन्छः सङ्क्षिप्तभन्दा सङ्क्षिप्त, सारभूत, टेलिग्राफिक। त्यहाँ एक–एक शब्द अत्यन्त घना हुन्छ; विस्तार हुँदैन सूत्रमा, घनत्व हुन्छ। लामो हुँदैन सूत्र, अति छोटो हुन्छ; जस्तो सानो बीजको दाना हुन्छ। त्यसैमा सिङ्गो रूख अटाएको हुन्छ।

जस्तो बीज हुन्छ, सूत्र त्यस्तै हुन्छ। बीजमा तिमीले रूखलाई देख्न सक्दैनौ। देख्नै खोज्यौ भने पनि बीजमा तिमीले रूख पाउने छैनौ, किनभने त्यसका लागि अत्यन्त गहिरा आँखा चाहिन्छन्–जसले बीजमा नै रूखलाई देखोस्, वर्तमानमा भविष्यलाई देखोस्–जसले आजै भोलि देखोस्, जसले दृश्यमा अदृश्यलाई खोजोस्–तीखो आँखा आवश्यक छ। त्यस्तो आँखा तिमीसँग अहिले छैन। अहिले त तिमीलाई बीज बीज नै देखापर्छ। रूख हेर्नु नै छ भने बीजलाई रोप्नुपर्छ, र अरू कुनै बाटो तिमीसँग देखिन पनि देखिँदैन। र जब बीज फुट्छ जमीनमा बिरूवा अङ्कुरित बन्नपुग्छ, अनि बल्ल तिमीले परिचय पाउने छौ।

यी सूत्र बीज हुन्। यिनलाई तिमीले आफ्नो हृदयमा रोप्नुपर्छ। तिमी अहिल्यै निर्णय गरी नहाल। किनभने अहिले तिमीले बीजबारे निर्णय लियौ भने त तिमीले यसलाई फ्याँकी नै दिनेछौ; काम नलाग्ने वस्तु भन्ने ठानेर।

बीजमा र ढुङ्गा-माटोमा त्यति ठूलो अन्तर छैन। कहिले-कहिले त ढुङ्गा-माटो झन् चम्किलो, रङ्गीन, सुन्दर, मूल्यवान् भैदिन्छ। तर बीज र दामीभन्दा दामी कोहिनूरमा पनि एउटा फरक छ, त्यो के भने तिमी कोहीनूरलाई रोपिदेऊ त्यसबाट कुनै वस्तु उत्पादन हुँदैन। त्यो जतिसुकै दामी होस्, हो त मूर्दा। त्यसको मूल्य अज्ञानीले जतिसुकै सम्झियोस्, तर जीवन त्यसमा छैन। त्यो लाश हो। र बीज कुरूप नै देखियोस्, कुनै उसको मूल्य नै नहोस्, तर उसमा जीवन लुकेको हुन्छ। तिमी त्यसलाई रोप, त्यसबाट विराट् सम्भावनाको विरूवा उम्रिएर आँउछ, र एक बीजबाट करोडौं बीज फल्न थाल्छ। एउटा सानो बीजले यो सारा विश्वका लागि उत्पादन

गर्न सक्छ; किनभने एक बीजबाट करोडौं बीज उत्पादन भैदिन्छ। फेरि करोडौं बीजबाट र प्रत्येक बीजबाट करोड बीज उत्पादन हुन्छन्। एउटा सानो बीजमा सारा विश्वब्रह्माण्ड अटाउन सक्छ।

सूत्र बीज हो उसँग हतार गर्न सकिँदैन। उसलाई रोप्छौ हृदयमा र अङ्कुरित हुन्छ, फूल लाग्छ–त्यसपछि तिमी बुझ्नेछौ; बल्ल निर्णय लिन सकिन्छ।

तेस्रो कुरा- धर्म महान् क्रान्ति हो। धर्मलाई तिमीले जुन रूपमा अहिलेसम्म बुझिरहेका छौ, त्योसँग धर्मको सम्बन्ध नभए बराबर छ। त्यसैले शिव–सूत्रले तिमीलाई पीडाको अनुभूति पनि गराउन सक्छ। तिमी भयभीत हुन सक्छौ, डराउन सक्छौ; किनभने तिमीले आफ्नो धर्म नै धरमरमा परेको पाउँनेछौं। यस भित्रका सूत्र तिमीले बुझ्यौ भने तिम्रा मन्दिर, तिम्रा मस्जिद, तिम्रा गिरीजाघर ढल्छन्! यिनलाई बचाउने कोसिसमा तिमी नलाग; किनभने ती त्यही रूपमै बाँचिरहुन्, तैपनि त्यसबाट तिमीलाई केही प्राप्त हुने छैन। तिमी तिनैमा बाँचिरहेका छौ, र तिमी मूर्दा भएका छौ। मन्दिर भव्यसँग सिगाँरिएका छन्, र पनि तिम्रो जीवनमा कुनै खुशीको किरण छैन। मन्दिरमा प्रर्याप्त उज्यालो छ; त्यसबाट तिम्रो जीवनको अँध्यारो हटेको छैन। यसो भए पनि भयभीत नबन; किनभने सूत्रले तिमीलाई कठिनाइमा पुऱ्याउँछ नै। किनभने शिव कुनै पुरेत होइनन्। पुरेतको भाषा अर्ती-उपदेशको हुन्छ, तिमीले तिनैलाई सधैं चित्तबुझ्दो मान्ने गरेका छौ; किनभने पुरेतको कामै तिमीलाई शोषण गर्नु हो। पुरेत तिमीलाई बदल्न उत्सुक हुँदैनन्। तिमीजस्ता छौ त्यस्तै भइराख, यसैमा पुरेतलाई फाइदा छ। तिमी रूग्ण, बिरामी जे आवस्थामा छौ– त्यस्तै भइराख, यसैमा पुरेती व्यवसाय फस्टाउँछ।

मैले सुनेको थिएँ, कुनै डाक्टरको छोरो पढे-लेखेर घर फर्कियो। ती पिताले कामबाट कहिल्यै फुर्सद पाएका थिएनन्। पिता डाक्टरले छोरोलाई भने, मैले जीवनभर विश्राम नलिई कमाउने मात्रै काम गरें। मेरा सबै कारोबार अब तिमी सम्हाल, तीन महिनाजति म विश्राम लिन्छु। उनी विदेशयात्राका लागि निस्किए। तीन महिनापछि घर फर्किएका डाक्टरले छोरालाई सोधे, कारोबार सबै ठीक चल्दैछ ? छोरोको उत्तर थियो, एकदम राम्रो चल्दैछ। तपाई छक्कै पर्नु हुनेछ। पिताजी, तपाईंले जीवनमा निको पार्न नसकेको बिरामीलाई, मैले तीन महिनामै पूर्णस्वस्थ पारिदिएँ। पिताले आफ्नै

थाप्लो समाते । उनले भने मूर्ख ! त्यही त हाम्रो व्यवसाय थियो । मैले उसलाई ठीक पार्न सक्दैनथें र ? नत्र तेरो पढाइ खर्च कहाँबाट आउँथ्यो ? त्यसैको त भर थियो । अरू बच्चाले पनि पढ–लेख गर्न पाउँथे । तैंले सारा काम बर्बाद गरिदिइस् ।

पुरेतले तिमीलाई तिमी जस्ता छौ- रूग्ण, बिरामी- त्यस्तै राख्न चाहन्छ । त्यसैमा पुरेतको व्यवसाय छ । शिव कुनै पुरेत होइनन् । शिव तीर्थंकर हुन् । शिव अवतार हुन् । शिव क्रान्तिद्रष्टा हुन्, मुक्तिदाता हुन् । उनी वाणीमा जे बोल्छन्, त्यो आगो हो । तिमी जल्न तयार छौ भने मात्रै उनीछेउ जाऊ; तिमी मेटिन तयार छौ भने मात्रै उनको निम्तोलाई स्वीकार गर । किनभने तिमी आफू मेटियौ भने मात्र नयाँ जन्म हुन्छ । तिम्रो खरानीमा नै नयाँ जीवनको शुरूवात छ । यो कुरालाई ध्यानमा राखेर एक-एक सूत्रलाई बुझ्ने कोसिस गर ।

पहिलो सूत्र हो: *'चैतन्यमात्मा । चैतन्य आत्मा हो ।'*

चैतन्य हामी सबै हौं, तर आत्माबारे हामीलाई थाहै छैन । चैतन्य नै आत्मा हो भने, हामी सबैलाई थाहा हुनुपर्थ्यो । हामी सबै चैतन्य हौं । चैतन्य आत्मा हो भन्नुको के अर्थ होला ?

पहिलो अर्थः यो जगत्मा, केवल चैतन्य तिम्रो आफ्नो हो । आत्माको अर्थ हुन्छ, आफ्नो; बाँकी सबै पराई हुन् । बाँकी जतिसुकै आफ्ना लागून्, पराई नै हुन् । मित्र होऊन्, प्रियजन होऊन्, परिवारभित्रका होऊन्, धन होस्, यश, पद-प्रतिष्ठा होस्, विशाल साम्राज्य होस्- ती सबै जसलाई तिमी भन्छौ मेरो–त्यहाँ धोका छ । किनभने ती सबैलाई मृत्युले तिमीबाट खोसेर लैजान्छ । मृत्यु कसी हो को आफ्नो हो, को पराई हो थाहा दिने । मृत्युले जसलाई तिमीबाट खोसिलिन्छ, त्यो पराई थियो । र मृत्युले तिमीबाट जसलाई छुट्याउन सक्दैन, त्यो आफ्नो ।

आत्माको अर्थ हो- आफ्नो । जसरी हामी सोच्ने गर्छौं आफ्नो हो, त्यसरी नै दोस्रोले प्रवेश गर्छ । आफ्नोको आशय नै हुन्छः कोही दोस्रो, जो आफ्नो हो । तिमीलाई यो ध्यान नभै आउँदैन कि तिमीबाहेक अतिरिक्त, तिम्रो आफ्नो कोही पनि छैन; हुन पनि सक्दैन । र जति समयसम्म तिमी बाटो बिराएर यस क्रममा हिँडिरहन्छौ कोही दोस्रोलाई आफ्नो ठानेर, त्यति दिनहरू व्यर्थमै गए, त्यति जीवन अकारणै बित्यो, त्यति समय तिमीले सपना देख्यौ ।

त्यति समयमा त तिमी व्युँझन सक्थ्यौ, तिम्रो मोक्ष हुन्थ्यो; तिमीले फोहरमैला मात्रै बटुल्यौ ।

केवल तिमी मात्र तिम्रा हौ । यो पहिलो सूत्र- म बाहेक मेरो कोही पनि छैन ।

यो ठूलो क्रान्तिकारी सूत्र हो, समाज–विरोधी पनि । किनभने समाज जिउँछ यसै आधारमा-अरू आफ्ना हुन्; जातिका मान्छे आफ्ना हुन्; देशका मान्छे आफ्ना हुन्; मेरो देश, मेरा जाति, मेरो धर्म, मेरो परिवार; मेरोको सारा खेल हो । समाज जीउँछ "मेरो' को धारणामा । यसैले धर्म समाजविरोधी तत्व हो । धर्म समाजसँग नबाँधिनु हो, अरूसँग नबाँधिनु हो । धर्मले भन्छ, तिमी बाहेक तिम्रो अरू कोही पनि छैन ।

सतहबाट हेर्दा यो ठूलो स्वार्थी भनाइजस्तो लाग्छ । किनभने यो त यस्तो भनाइ भयो- मनै आफ्नो हुँ, तब त्यतिबेला हामीलाई लाग्छ, यो त स्वार्थी सोच भयो !

यो स्वार्थको कुरा होइन । यस्तो सोच तिमीमा आयो भने, तिम्रो जीवनमा परार्थ र परमार्थ पैदा हुन्छ । किनभने जुन अहिलेसम्म आत्माको भावबाट कहिल्यै भरिएको थिएन, उसको जीवनमा कुनै परार्थ र परमार्थ हुन सक्दैनथ्यो । तिमी भन्छौ, अरूलाई मेरो । तर 'मेरो' भनेर तिमी के गर्छौ ? 'मेरो' भनेर तिमी उसलाई चुमेर बस्छौ । 'मेरो' तिम्रै शोषणको हिस्सा हो, विस्तार हो । जसलाई तिमी 'मेरो' भन्छौ, तिमी उसलाई नोकर बनाउँछौ । तिमी उसलाई आफ्नो वस्तुको रूपमा बदल्दिन्छौ । मेरी पत्नी, मेरो पति, मेरो छोरो, मेरा पिता– तिमी गर्छौ के ? यो मेरोको पछाडि–यो मेरोको पर्दाभित्र– तिम्रो सम्बन्धको मूल आधार के छ ? तिमी चुस्छौ, तिमी शोषण गर्छौ, तिमी अरूलाई उपयोग गर्छौ । अरूको उपयोगलाई तिमी परार्थ सोच्छौ भने तिमी भ्रान्तिमा छौ ।

एक सम्राट वृद्ध भए । उनका तीन छोरा थिए । कुन चाहिँलाई राज्य दिने भनेर उनी निकै चिन्तामा थिए ! तीनै भाइहरू योग्य र कुशल थिए, तीनै भाइहरूमा समान गुण-धर्म थियो । त्यसैले निर्णय गर्न निकै कठिनाइ पर्‍यो । उनले एक दिन सबै छोराहरूलाई बोलाएर भने, बितेका पूरै वर्षहरूमा तिमीहरूले सबै काम राम्ररी गरेका छौ–तिमीहरूले गरेका मध्येका राम्रा महान् काम मलाई सुनाओ ।

ठूलो छोराले भन्यो, गाउँको सबैभन्दा धनवान् तीर्थयात्रामा जान लाग्दै थियो; उसले करौडौं रूपियाँको हीरा–जुहारात नगनीकनै, विना हिसाब–किताब, विना कुनै लिखत-सहीछाप मलाई राख्न दियो, र भन्यो, म तीर्थयात्राबाट फर्केर आएपछि मलाई फर्काउनू । मैले ती पूरै चीज आफ्नो बनाउन सक्थें; किनभने न कुनै लेखा–पढी थियो, न कुनै साक्षी थिए । धेर–थोर बहुमूल्य हीरा मैले झिकेको भए पनि कुनै कठिनाइ हुने थिएन । किनभने त्यो मान्छेले न त गनेको थियो, र न कुनै सङ्ख्या भनेकै थियो । तर मैले जस्तो दिएको थिएँ त्यस्तै थैली फर्काइदिएँ ।

पिताले भने, तिमीले असल गऱ्यौ । म तिमीलाई सोध्छु, तिमीले कुनै चीज राखेका हुन्थ्यौ भने तिमीलाई पश्चाताप, ग्लानि, अपराधको भावना जाग्थ्यो कि जाग्दैनथ्यो ? छोराले भन्यो, अवश्य पनि जाग्थ्यो । पिताले भने, यसमा परोपकार रत्तिभर पनि भएन । तिमीले केबल आफ्नो पश्चाताप, आफ्नै पीडाबाट बच्नका लागि यस्तो गरेका हौ । यसमा के परोपकार भयो ? हीरा झिकेर राखेका भए ग्लानिले मनलाई पीडा दिन्थ्यो, काढाँझैं गढेर घोच्थ्यो । त्यही काँढाबाट जोगिनलाई तिमीले हीरा फिर्ता दियौ । काम तिमीले असल गऱ्यौ, ठीक छ; तर यसमा परोपकार भन्ने नै केही रहेन । उपकार तिमीले आफ्नो लागि नै गऱ्यौ ।

दोस्रो छोरो धेरै चिन्तामा पऱ्यो । र उसले भन्यो, म बाटो किनारा हुँदै हिंडिरहेको थिएँ, र तलाउमा साँझखेर, त्यो बेला त्यहाँ कोही पनि थिएन, एउटा मान्छे डुब्नै लाग्यो । चाहेको भए त म आफ्नो बाटो लाग्न सक्थें, सुनेको नसुन्यै गरिदिन्थें । तर मैले तत्काल छलाङ मारें, आफ्नो ज्यानलाई खतरामा पारेर भए पनि त्यस मान्छेलाई बाहिर निकालें ।

पिताले भने, तिमीले ठीक गऱ्यौ । तिमी वास्तै नगरीकन हिंड्थ्यौ र निकाल्दैनथ्यौ भने त्यस मान्छेको मृत्युले तिमीलाई सधैं लखेट्ने काम गर्दैनथ्यो र ? तिमी बाहिरी रूपमा त बेवास्ता गरिदिन्थ्यौ, तर भित्र त तिमीले सुनिसकेका थियौ उसको चित्कार, आवाज– बचाऊ ! सधैं–सधैंका लागि उसको प्रेतले तिमीलाई लखेटदैनथ्यो र ? त्यही भयले गर्दा तिमीले छलाङ माऱ्यौ, आफ्नो ज्यानलाई खतरामा पाऱ्यौ । तर परोपकार तिमीले केही गरेका छौ, यो भ्रान्तिमा पर्नुको कुनै कारण छैन ।

तेस्रो छोराले भन्यो, म जङ्गलको बाटो भएर हिँड्दै थिएँ। र पहाडी भीरको एउटा डिलमै मैले एकजना मान्छे सुतिरहेको देखें, निद्रामा एकै कोल्टे फर्किए पनि ऊ सधैंका लागि समाप्त हुने थियो; किनभने अर्कोतर्फ भयानक भीर थियो। मैले त्यो मान्छेको नजिक पुगेर मैले हेरें, त्यो त मेरो कट्टर शत्रु पो रैछ। म चुपचाप आफ्नो बाटो लाग्न सक्थें। मेरो घोडाको टापको आवाज सुनेर ऊ कोल्टे फर्कन सक्थ्यो र भीरमा खस्न सक्थ्यो। तर म बिस्तारै जमीनमा घस्रिंदै ऊ नजिक पुगें। मेरो हलुको आवाजले नै पनि ऊ ऊ व्युँझेर खस्न सक्थ्यो। मलाई थाहा थियो, त्यो मान्छे खराब छ; मैले बचाएपछि पनि उसले मलाई गाली नै गर्छ। मैले उसलाई झक्झक्याएर बिस्तारै व्युझाएँ। त्यो मान्छे गाउँ वरपर मेरै विरूद्ध अनेकौं बोलेर हिंड्दैं छ। त्यो मान्छेले भन्ने गर्छ, म मर्न नै त्यहाँ गएको थिएँ। यो मान्छे त त्यहाँ पनि मलाई पछ्याएरै पुग्यो। यसले बाँच्न त दिंदैन नै, मर्न पनि दिएन।

पिताले भने, तिमी अरूभन्दा बेस हौ; तर परोपकार यो पनि होइन। किन ? किनभने मैले निकै राम्रो काम गरें भनेर तिमी अहंकारले चूर भएका छौ। तिमी बोल्दै गर्दा तिम्रा आँखाको झलक अर्कै हुन्छ। बोल्दै गर्दा तिम्रो छाती त्यसै फुलेर आउँछ। जुन कामबाट अहंकार जन्मन्छ, त्यो परोपकार हुँदैन। अत्यन्त सूक्ष्म मिहिन मार्गबाट तिमीले आफ्नो अहंकारलाई भरेका छौ। तिमी आफूलाई निकै धार्मिक र परोपकारी हुँ भन्ठान्छौ। तर पनि तिमी यी दुईभन्दा बेस हौ। मलाई राज्यको मालिकका लागि कुनै चौथो व्याक्तिको खोजी गर्नुपर्ने हुन्छ।

तिमीले परोपकार गर्दा तिमीले परोपकार गरेका हुँदैनौ; किनभने जसलाई आफ्नै पत्तो छैन, उसले परोपकार गरोस् पनि कसरी ? तिमी सोच्छौ होला, म परोपकार गरिरहेको छु–गरीबको सेवा गर्छौ, अस्पतालमा बिरामीको गोडा मिच्दै छौ– तिमीले घोरिएर सोच्यौ भने तिमी कहीं न कहीं आफ्नो अहंकारलाई नै चुल्याउँदै गरेको पाउँछौ। तिम्रो अहंकारलाई सेवाबाटै चुल्याउने हो भने, सेवा पनि शोषण भयो। आत्माज्ञानभन्दा पहिले कुनै व्यक्ति परोपकारी हुन सक्दैन; किनभने स्वयम्लाई नबुझिकन यति ठूलो क्रान्ति हुनै सक्दैन।

मैले सुनेको कुरा हो, मुल्ला नसरूद्दीनकी पत्नी उनीसँग झगडा गर्दै थिइन् र भन्दै थिइन्, यो मामिला के हो ? प्रस्ट हुनैपर्छ । तिमी मेरा सबै आफन्त नातेदारहरूलाई छिः छिः र घृणा किन गर्छौ ?

नसरूद्दीनले भने, यो गलत आरोप हो; यो तथ्यगत छैन । र यसको प्रमाण छ मसँग । प्रमाण को हो भने म तिम्री सासुलाई मेरी आफ्नी सासुलाई भन्दा बढी सम्मान गर्छु ।

अहंकारले यस्तै बाटो खोज्छ । सतहबाट देखिन्छ तिमी परोपकार गरिराखेका छौ; तर भित्र तिमी आफैं उभिएका हुन्छौ । र जति सूक्ष्म भएर जान्छ यात्रा, त्यत्तिनै नियन्त्रणभन्दा बाहिर जान्छ । अरू कैयौंले त नियन्त्रणमा लिने मेसो नै पाउँदैनन्; तिमी पनि नियन्त्रणमा लिन सक्दैनौ । अरू त धोखामा पर्छन् नै; तिमी पनि आफूले दिएको धोखामा अल्झिरहन्छौ, भ्रममा पर्छौ । हामी सबैले आ–आफ्ना भुलभुलैया बनाएका छौं । हामीले अरूलाई धोखा दिन शुरू गरेका थियौं सारा उपाय, इन्तजाम; आफैंले बनाएका भुलभुलैयामा हामी आफैं हराएर जानेछौं भनेर हामीले कहिल्यै सोचेका पनि थिएनौं । तर हामी हराएरै गयौं ।

पहिलो कुरा स्मरणमा राखः आफू अतिरिक्त तिम्रा कोही पनि छैनन् । जति-जति यो स्मरण गहिरो बन्छ- चैतन्य नै आत्मा हो, चैतन्य नै म हुँ, र सबै र सबै, 'पर' हुन्, पराई हुन्, विजातीय हुन्- त्यसरी नै तिम्रो जीवनमा क्रान्तिको पहिलो किरणले प्रवेश पाउने छ; त्यसरी नै तिम्रो र समाजका बीच एउटा धाँजो पर्न जान्छ; त्यसरी नै तिम्रो र तिम्रा सम्बन्धबीच एउटा धाँजा पर्न जान्छ ।

तर मान्छे आफूपट्टि फर्केर हेर्न चाहँदैन । हेर्न कठिन पनि छ; किनभने हेर्नुभन्दा पहिला जुन प्रक्रियाबाट कट्नुपर्छ, त्यो अत्यन्त संघातक र चर्को मानसिक धक्कावाला हुन्छ ।

एउटा मारवाडी व्यापारी एउटी फिल्म अभिनेत्रीको प्रेममा पऱ्यो । यो अनौठो संयोग थियो, किनभने मारवाडी र व्यापारी प्रेमबाट सधै टाढै रहन्छन् । तर कहिलेकाहीँ नहुने कुरा पनि त घटित हुन्छ । प्रेममा त पऱ्यो नै; तर व्यापारीको शङ्कैशङ्काले भरिएको चित्त ! उसले एकजना जासुस नियुक्त गरेर अभिनेत्रीको पछि लगाइदियो र भन्यो, तैंले पत्तो लगाउनू, यसको चरित्र ठीक छ कि छैन । विवाहको प्रस्ताव गर्नुअघि यो कुरा पक्कापक्की गर्नु आवश्यक छ, तैंले थाहा पाएको कुरा कागतमा सफासँग लेखेर मलाई दिनू ।

जासुसले निकै महेनतपूर्वक खोजबिन गऱ्यो। सात दिनपछि उसले रिपोर्ट पनि पठायो। रिपोर्ट आयो- यी स्त्रीको चरित्र एकदमै निर्दोष, निष्कलुषित छ। यिनका बारेमा कुनै नराम्रो कुरा कहिल्यै सुनिएको छैन, जानकारीमा पनि आएको छैन जसबाट शङ्का उठोस्; केवल एउटा कुरालाई छोडेर- बितेका केही दिन यता एकजना शङ्कास्पद मारवाडीसँग यिनी देखिने गरेकी छिन्। वास्तवमा त्यो शङ्कास्पद मारवाडी ऊ आफैं थियो।

आँखाले अरूलाई देख्छ। हातले अरूलाई छुन्छ। मनले अरूकैबारे सोच्छ। तिमी सधैं अँध्यारोमा उभिएका हुन्छौ। तिम्रो हालत पनि त्यस्तै छ बत्ती मुनिको अँध्यारोजस्तो। बत्तीको प्रकाश सबैमा पर्छ, केवल तिमीलाई छोडेर। यसैले तिमी व्यर्थको खोजी गर्दै त्यस प्रकाशको वरपर, सारा दिशातिर यात्रा गर्छौ, र एक अपरिचित रहन्छ। त्यो तिमी नै हौ।

यो पहिलो सूत्र होः 'चैतन्य आत्मा हो।'

यो सूत्रलाई गम्भीर बीजकै हिसाबले आफ्नो हृदयको गहिराइमा घुस्न देऊ। व्यर्थ छ सारा जगत्को यात्रा, तिमी आफैंसँग अपरिचित भयौ भने। स्वयम्लाई बुझिएन भने, र अरू सबै जानेर पनि, त्यस स्थितिमा सम्पूर्ण ज्ञानसमेत कुल मिलाएर अज्ञान नै सावित हुनेछ। आफूलाई नै देख्न नपाएमा, सम्पूर्ण जगत् देखे पनि, चन्द्रमा–तारामा घुमे पनि, तिमी अन्धो नै रहन्छौ। किनभने आँखा त उसैले पायो, जसले स्वयम्लाई देख्न सक्यो। ज्ञान त उसैले पायो, जो स्वयम्सँग परिचित छ। जसले चैतन्यको स्वप्रकाशमा नुहाउँछ, उही पवित्र हो। अरू कुनै तीर्थ छैन; मात्र चैतन्य तीर्थ छ।

चैतन्य तिम्रो स्वभाव हो। त्यसबाट तिमी छिनभर पनि कटेका छैनौ। किनभने बत्तीमुनि अँध्यारो छ। तिमी त्यसबाट टाढा जान पनि सक्दैनौ, चाहेर पनि। तिमी खुबै टाढा पुगेको भ्रममा पर्नसक्छौ। तिमी सपना देख्न सक्छौ संसारमा। तर सपना सत्य हुँदैन। सत्य त केवल एउटै कुरामा छ, त्यो हो तिम्रो चैतन्य स्वभाव।

'चैतन्य आत्मा हो।'

यस स्थितिमा पहिलो कुरा, मबाहेक चैतन्यको अरू कोही पनि छैन। यो भाव तिमीमा सघन भयो भने, बल्ल संन्यासको जन्म

हुन्छ । किनभने मेरो म बाहेक पनि मेरो कोही हुनसक्छ, यही भाव संसार हो । यसैले पहिलो सूत्रमा ठूलो क्रान्ति छ । पहिलो भिल्को फ्याँक्छन् शिव तिमीतिर, त्यो यो हो- तिमी बुझ, तिमी नै तिम्रा हौ, बाँकी कोही पनि तिम्रा छैनन् ।

यसले ठूलै विषाद मनमा जन्माउँछ; किनभने तिमीले अरूसँग नजिकको सम्बन्ध बनाएका थियौ, ठूला सपनाहरू बुनिराखेका थियौ । अरूसँग तिम्रा निकै ठूला आशाहरू गाँसिएका थिए । आमाले आश गर्दै छिन्, छोरो हुर्किएला; ठूलै आशा जोडिएको छ ! पिताले आश गर्दैछन् छोरो हुर्किएला; ठूलै आशा जोडिएको छ ! र यी सारा आशाहरूमा तिमी आफूलाई हराइरहेका छौ । निश्चितरूपले तिम्रा पिता पनि यिनै आशा राखी–राखी समाप्त भए, तिम्रै लागि । तिमीबाट उनले के पाए ? यस्तै आशा राखी–राखी तिमी समाप्त भएर जाने छौ; तिम्रो छोरोबाट तिमीले केही पाउने छैनौ । र तिम्रो छोराले पनि यही मूर्खता जारी राख्ने छ । ऊ पनि आफ्नो छोरोसँग आशाहरू राख्ने छ ।

आफैंतिर फर्क- न पछि, न अघि । कोही पनि तिम्रा छैनन् । कुनै छोरो तिम्रो नापको हुँदैन, बराबरको हुँदैन र बन्दैन । कुनै सम्बन्ध तिम्रो आत्मा बन्न सक्दैन । तिमीबाहेक तिम्रो कुनै मित्र छैन । त्यसैले डर लाग्छ; लाग्छ तिमी एक्लो भयौ । मान्छे यति भयभीत छ, गल्लीमा एक्लै हिडिरहँदा ठूलो ठूलो स्वरमा गीत गाउन थाल्छ । आफ्नै आवाज सुनेर लाग्छ ऊ एक्लो छ । तिमीले आफ्नै आवाज सुनिराखेका छौ । पिताले छोरोमा आफ्ना सपना बुन्छ, तर त्यसमा छोरोको कुनै सहमति हुँदैन । यो पिता स्वयम्ले एक्लै सिटी बजाइरहेको जस्तो भयो । यसकारण ऊ दुःखी बन्छ भोलि; किनभने उसले जीवनभर सपना बुनिरह्यो । ऊ ठान्छ, छोराले पनि त्यही सपना देखेको छ । यहीं त गल्ती भयो । छोरोले बेग्लै आफ्नो सपना देख्छ । तिमी आफ्नो सपना देख्दैछौ । तिम्रा पिताले आफ्नै सपना देखेका थिए । यी कहीं र कोहीसँग मिल्दैनन् । मेल खाँदैनन् ।

हरेक पिता दुःखी भएरै मर्छ । कारण ? जुन-जुन सपनालाई उसले पोको पारेको हुन्छ, ती सबै सपना तितरबितर भएर पोखिन्छन् । हरेक मान्छे आफ्नै सपना देख्नका लागि यहाँ छ, आर्काको सपना देखिदिनलाई होइन । तिमीलाई मनले सोचेको पुगोस्, अनुकूल होस् भन्ने चाहना छ, एक तृप्ति सन्तुष्टि मिलोस्

भन्ने चाहना छ भने आफ्ना सपनालाई अरूसँग बाँध्न नखोज; अन्यथा तिमीले बाटो बिराउने छौ ।

संसारको अर्थ के हो भने तिमीले आफ्नो सपनाको नौकालाई अरूसँग बाँधेका छौ । संन्यासको अर्थ हो, तिमी ब्युँझियौ । तिमीले एउटा कुरालाई स्वीकार गऱ्यौ- जतिसुकै कष्टकर होस्, जतिसुकै दु:खपूर्ण होस्, र जतिसुकै सङ्घातक पीडाको अनुभव होस् तिमी एक्लै छौ । सबैसँगको सम्बन्ध झूटो हो । यसको यो अर्थ हैन, तिमी जाऊ समाजबाट भागेर हिमालतिर । किनभने जो हिमालतिर भागिरहेका छन्, उनीहरूलाई अझै सबैसँगको सम्बन्ध सार्थक छ, झूटो भएको छैन । किनभने जुन चीज झूटो भयो, त्यसबाट भाग्नुमा सार्थकता छैन । कोही पनि बिहान ब्युँझिएर भाग्दैन, सपना झूटो हो, भागेर जाऊँ यो घरबाट । सपना झूटो भयो, कुरा सकियो । त्यसमा भाग्नुपर्ने नै के छ !

एकजना भाग्दै छ पत्नीबाट, बच्चाहरूबाट । यसको भाग्नुले बताउँछः यसले सुन्यो होला, सपना झूटो हुन्छ, तर अझै यसलाई पत्याउँदैन । हिजोसम्म ऊ पत्नीपट्टि कुद्थ्यो, अब पत्नीतिर पिठ्युँ फर्काएर भाग्छ । यसैले दुवै अर्थमा पत्नी सार्थक छिन् ।

एक जैन सन्त थिए- गणेशवर्णी । वर्षौंअघि उनले पत्नीलाई त्यागे । साधु पुरूष थिए । त्यागको करीब बीस वर्षपछि उनी काशीमा थिए, त्यतिबेला पत्नी मरेको खबर आयो । उनको मुखबाट जुन बोली निस्कियो, याद राख्न लायक छ । उनले भने- जे भयो झन्झटै मेटियो । उनका भक्तहरूले यो बोलीको अर्थ निकाले- यिनी ठूला वीतरागी रहेछन् । सांसारिक मोहबाट छुट्कारा पाएका व्यक्ति रहेछन् । थोरैबेर सोचेर हेरौं त, स्पष्ट भैहाल्छ ती बिल्कुलै वीतरागी होइनन् । किनभने जुन पत्नीलाई बीस वर्ष पहिल्यै छोडेका थिए, पत्नीको झन्झट अहिलेसम्म उनका लागि कायमै रहेछ । गणित बिल्कुलै सीधा र स्पष्ट छ । यी पत्नी जसलाई बीस वर्षअघि नै छोडेका थिए, कुनै न कुनै किसिमले छायाझैं पछ्याइरहेकी थिइन् होला । उनी मनको कतै कुनामा बसेकी हुनुपर्छ । यिनको उपद्रो कायमै थियो । बीस वर्षले पनि यिनको उपद्रोलाई मेट्न सकेको रहेनछ । त्यो मन निरन्तर सोचिरहन्थ्यो होला- पक्षमा, विपक्षमा । पत्नी मरेपछिको यो बोली- जे भयो झन्झटै मेटियो- पत्नीका सम्बन्धमा यसले केही पनि भन्दैन, केवल पतिका सम्बन्धमा भन्छ, यो

मान्छेले पत्नीलाई छोडेर भागेको त थियो, तर बिर्सिन सकेको रहेनछ ।

गणेशवर्णी साधु पुरूष थिए । यसैले थोरै सोची हेरौं- साधु पुरूष पनि ठूलो भ्रान्तिमा रहन सक्छन् । उनको चरित्रमा, आचरणमा कुनै भुल-चुक थिएन । उनी मर्यादामा बस्ने पुरूष थिए । ठीक-ठीक नियममा चल्थे । उनमा कुनै प्रकारको दोष, अलिकति पनि त्रुटी भेटिंदैन । सबै आचरण ठीक थियो, साधुपन पूरा थियो । फेरि पनि भित्र कुनै कुरामा चुक हुन गयो । हिमालमा पुगे पनि झन्झट सँगसँगै पुग्यो ।

फेरि दोस्रो कुरा पनि बुझिराराख्नु पर्नेछ । पत्नी मरेपछि पहिलो विचार आयो, झन्झटै मेटियो । यसले कतै जानी नजानी, अचेतनमा पत्नीको मृत्युको आकाङ्क्षा लुकेर बसेको बताउँछ, विशेष गहिराइमा । मनको कुनै तह सतहमा पत्नी नरहून् समाप्तै भइ जाऊन् भन्ने भाव थियो होला । यस्तो सोच्नु त हिंसा नै भयो ।

एक वचन पनि अकारण आउँदैन, आकाशबाट आउने होइन । प्रत्येक वचन भित्रैबाट आउँछ । यस्तो क्षणमा पत्नीको मृत्युको खबर आएको छ, ठीक-ठीक आफ्नो दैनिक व्यवसायको होसहवास रहँदैन । त्यतिखेर तिमीबाट जस्तो बोली निस्कन्छन्, ती बढी नै हुन्छन् । घण्टाभर पछि तिमीलाई मौका मिल्यो भने, तिमी स्वयम्ले नै ठूलोविचार पुऱ्याएर लिप-पोत गरिहाल्छौ । तिमी फेरि जे भनौला, त्यो भनाइ झूटो हुनेछ । तर तत्क्षण गणेशवर्णी चुके । बीस वर्षदेखि उनले चारैतिर साधुपनको जोरजाम व्यवस्था गरेर राखेका थिए, त्यस क्षणमा बिर्सिए । गणेशवर्णीमा पनि यस्तो हुन सक्छ भने, तिमीमा झन् सजिलै यो भइदिन्छ । भागेर प्राप्त हुने केही पनि छैन । भागेर कोही कसैले कहिल्यै पार पाएनन् ।

तर भक्त यसलाई देख्न सक्दैनन् । उनीहरूले त गणेशवर्णीको जीवनकथामा यसलाई बहुमूल्य वचनको रूपमा सँगालेका छन्, यो सोच राखेर - हेर कस्तो वीतरागी मान्छे !

तिमीलाई थाहा छैन होला वीतराग के हो । तिमी रागमा बाँचेका छौ, तिमीले विराग बुझ्छौ । तिमीभन्दा जे विपरीत छ, त्यो बुझ्छौ । तिमीलाई थाहा छ तिमी पत्नीलाई त्यागेर जान सक्दैनौ, र यी मान्छेले त्यागेर हिंडे; यी मान्छे तिमीभन्दा ठूला हुन् ।

यो तिमीभन्दा विपरीत हो, तर तिमीभन्दा भिन्न होइन । तिमी गोडाका भरमा उभिएका छौ, यी मान्छे शिरको भरमा उभिएका छन् । तिम्रो मन र यिनको मनमा रत्तीभर पनि फरक छैन । खोजी गरेर हेर ! तिमी सबैजना सोच्छौ, पत्नी भनेकै झन्झट हो । तिमी थोरै सङ्ख्यामा यस्ता पति पाउन सक्छौ, जसले भनोस् पत्नी झन्झट होइन । पत्नीकै अगाडि नसोध एकान्तमा, एक्लैमा सोध ।

मुल्ला नसरूद्दीनले मसँग भने, म पनि कुनै समय खुशी थिएँ । यो कुरा मलाई त्यतिबेला थाहा भयो, जब मैले बिहे गरें, तर त्यतिबेलासम्म ज्यादै ढिलो भइसकेको थियो । सुख हातबाट फुत्किसकेको थियो ।

पतिको गहिराइमा पुगेर सोध, तिमीले त्यस्ता पति फेला पार्न सक्दैनौ जसले कैयौंपटक पत्नीको हत्या गर्ने विचार नगरेको होस्, यस्तो गर्ने सपना नदेखेको होस् । बिहान उठेर यसो पनि भन्ला, कस्तो खराब सपना देखें आज । त्यो अचेतन आकाङ्क्षा हो । जसले झन्झट पैदा गरिदिन्छ, त्यसको जरै उखेल्दिने मन-सीधै तर्क छ ।

झन्झट अरूबाट कहिल्यै पैदा हुँदैन । पत्नीमा कुनै उपद्रो हुन्थ्यो भने, त्यतिबेला कसले तिमीलाई रोक्थ्यो, तिमीहरू सबै भागेर पुगिसकेका हुन्थ्यौ हिमालतिर । उपद्रो पत्नीमा छैन; किनभने तिमी हिमाल पुगेपछि फेरि पत्नी खोजौला । उपद्रो तिमी भित्रै छ । तिमी एक्लै बस्नै सक्दैनौ । तिमीलाई कसैको साथ चाहिन्छ । एक्लैमा तिमी डराउँछौ । कोही साथमा भए बल्ल तिमी ढुक्क भएको देखिन्छौ । किन ? दोस्रोको उपस्थितिबाट भरोसा मिल्छ र तिमीलाई लाग्छ दुःखमा, सुखमा कुनै साथी छ । जीवनमा, मृत्युमा कुनै साथी छ ।

तर एक्लोपन स्वभाव हो । जुन व्यक्तिले आत्मा मात्रै मेरो हो भनेर अनुभव गऱ्यो, उसले आफ्नो एक्लोपनको अनुभव गऱ्यो । भाग्नुको कुनै अर्थ छैन, किनभने झन्झट पनि पछि लागेरै जान्छ । तिमी जहाँ छौ, त्यहीं रहनू; रत्तीभर पनि बाहिर फरक गर्ने आवश्यकता छैन । तर भित्र तिमी एक्लै भइराख्नू । भित्र तिमीले कैवल्यभावको अनुभव गरिराख्नु । यसो सम्झनु, म एक्लो हुँ; कोही सँगी-साथी छैनन् । तर यो तिमीले नदोहोऱ्याउनू, किनभने दोहऱ्याउनुको कुनै आवश्यकता छैन, दिनदिनै बिहान पलेटी कसेर म एक्लो छु, कोही सँगी-साथी छैनन् भनेर दोहऱ्याउनु आवश्यक छैन । यसबाट केही पनि हुँदैन । यो दोहऱ्याउनुको अर्थ हो तिमीलाई यस

विषयमा थाहा थिएन। यसलाई बुझ। यो तथ्य हो, तिमी एक्लै छौ।

सम्झनुमा अड्चन छ- त्यही तपश्चर्या हो। तपको अर्थ घाममा ठिङ्ग उभिइराख्नु होइन। मान्छेलाई छोडेर सबै पशु-पक्षी घाममै बाँचेका हुन्छन्। कसैले पनि मोक्ष पाएका छैनन्। तपको अर्थ भोकभोकै बस्नु, अनसनमा बस्नु, उपवास बस्नु होइन किनभने दुनियाँको आधा जनसङ्ख्या भोकभोकै मरिराखेका छन्, उपवास गर्नेले मोक्ष पाएका छैनन्। शरीरलाई गलाऊ, जलाइदेऊ तर त्यसबाट कुनै हल निस्कँदैन। त्यो त आत्म-हिंसा हो र महानतम पाप हो। केवल मूर्ख त्यस्तो पाप गर्न अघि सर्छ। जसमा थोरै पनि बोध छ, उसले यस्तो अज्ञानी काम गर्दैन।

अरूलाई भोकभोकै मार्नु गलत हो भने आफैंविरूद्ध त्यही व्यवहार गर्नु ठीक कसरी हुन सक्छ ? अरूलाई सताउनु हिंसा हो भने, आफैंलाई सताउनु अहिंसा कसरी हुन सक्छ ? सताउनुमा हिंसा छ। जो हिम्मतवाल छ उसले अरूलाई सताउँछ; जो कमजोर छ उसले आफैंलाई सताउँछ। किनभने अरूलाई सताउँदा एउटा खतरा हुन्छ, उसले बदला लिन सक्छ। आफैंलाई सताउनुमा त्यस्तो खतरा रहँदैन। कसले बदला लिने ? कमजोरले आफैंलाई सताँउछ।

तिमीले कहिल्यै ध्यान दिएका छौ ? पुरूष रिसायो भने त्यतिखेर उसले पत्नीलाई पिट्छ। पत्नी रिसाउँछे भने उसले आफैंलाई पिट्छे। यी पत्नीहरू साधुहरूकै प्रतीक हुन्। कमजोरले स्वयम्‌लाई पिटेर बस्छ। के गरोस् ? तागत हुनेले अरूलाई पिट्छ; तागत नहुनेले आफैंलाई दुःख दिन्छ। कमजोर मानिसहरू आत्म-हिंसक हुन्छन्, र तागतवाल पर-हिंसक हुन्छ। धार्मिक उही हो जो अहिंसक छ- न उसले अरूलाई सताउँछ, न स्वयम्‌लाई सताउँछ। सताउने भन्ने प्रसङ्ग नै व्यर्थ छ।

तपश्चर्याको अर्थ हो, तिमीले यो सत्य स्वीकार्‍यौ, तिमी एक्लै छौ, कुनै उपाय छैन सँगी-साथीको। तिमीले जतिसुकै चाहना राख, जतिबेर सम्म आँखा चिम्लिएर बस, सपना देख, तिमी एक्लै भइरहन्छौ। जन्म-जन्मंदेखि तिमीले घरजम गर्‍यौ, जहानपरिवार बसायौ, मरिमेट्यौ तर पनि तिमी एक्लो रहेका छौ, तिम्रो एक्लोपनमा रत्तीभर फरक पर्दैन। जसबाट यो थाहा भयो, स्वीकारियो- म एक्लै

हुँ, उसका लागि सङ्केत छ यस सूत्रमाः चैतन्य आत्मा हो । त्यही तिम्रो हो, अरू कोही तिम्रो छैन ।

र दोस्रो कुरा यस सूत्रमा छ, त्यो होः चैतन्य ।

आत्मा कुनै सिद्धान्त होइन, तिमीले शास्त्रमा पढेर पाउँदैनौ । आत्मा कुनै गुरूत्वाकर्षणको सिद्धान्त होइन, यस्तो कुनै सिद्धान्त होइन । आत्मा एक अनुभव हो, सिद्धान्त होइन । र अनुभव हुन्छ चैतन्यको तीव्रताको । यसैले तिमी जुन मात्रामा चैतन्य हुँदै जान्छौ, त्यत्ति नै तिमीलाई आत्माबारे जानकारी हुनेछ । तिमी जुन मात्रामा बेहोशीहुँदै जान्छौ, त्यत्ति नै तिमीलाई आफ्नोबारे जानकारी प्राप्त हुनेछ । अहिले तिमी करीब-करीब बेहोश छौ ।

जसले आत्मालाई जान्न चाहन्छ, उसलाई कुनै दर्शन-शास्त्रको आवश्यकता पर्दैन, केवल चैतन्यलाई जगाउने प्रक्रिया चाहिन्छ । उसलाई विधि चाहिँन्छ, जसबाट ऊ अरू विशिष्ट चेतन होस् । जस्तो कि तिमी अगुल्टोलाई ठोस्छौ; खरानीले अगुल्टोको बल्दैको भागलाई ढाकिदिन्छ, तिमी ठोसिदिन्छौ- खरानी झरेर जान्छ, दाउरो भर्भराएर बल्न थाल्छ । यस्तै तिमीलाई कुनै प्रक्रिया चाहिँन्छ जसबाट तिम्रो खरानी झरोस् र आगो बलोस्; किनभने त्यही प्रकाश चमकमा तिमीले आफूलाई चिन्ने छौ, बुझ्ने छौ, तिमी चैतन्य हौ । र तिमी जति चैतन्य हौ उत्ति नै मात्रामा तिमी आत्मवान् हौ । जुन दिन तिमी बुझ्ने छौ, म नै परम चैतन्य हुँ, त्यसै दिन तिमी परमात्मा हुन्छौ । तिम्रो चेतनाको मात्रा नै तिम्रो आत्माको मात्रा हुनेछ ।

तर अहिले तिमी करीब-करीब बेहोश छौ । भर्खरै तिमीले मानौं मदिरा पिएका छौ । अहिले तिमी हिड्ँदै छौ, उठ्दै छौ, काम गर्दैछौ; तर निद्रामा । होश तिमीमा छैन ।

तिमीले याद गरेका छौ ? तिमीले किताब पढ्दै गर्दा, तिमीले पूरै पाना पढिसकेका हुन्छौ, त्यतिखेर तिमीलाई याद आउँछ- ए ! मैले त पूरै पाना पढी सकें, तर एकै शब्द पनि याद छैन ! तिमीले कसरी पढ्यौ होला पूरै पाना ? तिमी पढ्न सक्छौ सुती-सुती । मन कतै अन्यत्र रह्यो होला । तिमीले पढ्यौ, बल्ल तिमीलाई होश भयो, पढाइ व्यर्थ भयो । तिमी कैयौंपटक बाटोबाटै हिंडिराखेका हुन्छौ, तिमी पूरै बाटो कटेर पनि गइसक्छौ, बल्ल तिमीलाई याद आउँछ, तिमी हिंडिराखेका छौ । तिमी काम गरिरहेका हुन्छौ तर तिमीलाई आफूले काम गरिरहेको थाहा हुँदैन ।

तिमी बेहोशीमा बाँचिरहेका छौ; तर तिमी चैतन्य आत्मा हौ। तिमी सोध्छौ, कहाँ छ आत्मा ? तिमी चाहन्छौ कसैले प्रमाण देओस्। तिमी चाहन्छौ कसैले शिद्ध गरिदेओस्, कुनै तर्कले तिमीलाई बुझाइदेओस् तब न तिमी पनि मानौला। होइनभने तिमी नास्तिक भएर जानेछौ। नास्तिकता बेहोशीको सहज परिणाम हो; आस्तिकता होशको फल हो। तिम्रो होश बढेपछि आत्मालाई तिमीले माने पनि, नमाने पनि केही फरक पर्दैन। किनभने कैयौं अज्ञानीहरूले पनि आत्मालाई मानेका छन्, यसले कुनै समाधान दिएको छैन। यस मुलुकका सबै मानिस आत्माको अस्तित्व मान्छन्। तर यसबाट के फरक पर्छ ? तिम्रो जीवनमा कुनै क्रान्ति यसबाट आउँदैन। शायद तिमी यसकारणले मान्छौ कि हजारौं वर्षदेखि दोहऱ्याइ राखिएको छ, सुन्दा-सुन्दा तिम्रा कान पाकेका छन्। सुन्दा-सुन्दा तिमीले भुली नै सक्यौ कि यस सम्बन्धमा सोच्नु पनि छ। सुन्दा-सुन्दा, पुनरूक्तिबाट मान्छे सम्मोहित भएर जान्छ। एउटै भनाइ बारम्बार दोहऱ्याइ राखिएमा, त्यसबखत तिमी यो नै भुलिसक्छौ कि त्यो सन्दिग्ध छ, सन्देह गर्न सकिन्छ, विचार गर्न सकिन्छ।

फेरि आत्मा छ- यसबाट तिमीलाई ठूलै सन्तोष पनि मिल्छ। शरीर मरेर जान्छ, आत्मा मर्दैन, यो तिमीलाई थाहा छ; यसले निकै हिम्मत बढाउँछ। र आत्मा कहिल्यै मर्दैन- आगोले डढाउँदैन, हतियारले छेड्दैन, मृत्युले यसको कुनै बिगार गर्न सक्दैन- यो थाहा पाएर तिमीलाई ठूलो सान्त्वना मिल्छ।

तर पनि सान्त्वना सत्य छैन। आत्मालाई कसैले न त स्वीकार गर्न सक्छ सिद्धान्तलाई जस्तै, न त पुनरूक्तिले जस्तै सम्मोहित नै पार्न सक्छ। आत्मालाई त केवल तिनीहरूले मात्रै चिन्न सक्छन्, जसले चैतन्यलाई बढाएका छन्। त्यस किसिमले बाँच कि तिमीमा खरानी जम्मा नहोस्। त्यसरी बाँच कि तिमीभित्रको कोइला भर्भराइ रहोस्, प्रकाशमय भइराखोस्। त्यसप्रकारले बाँच कि प्रतिक्षण तिमी होशमा रहू, बेहोश होइन।

मुल्ला नसरूद्दीनको बच्चा जन्मियो। पहिलो नै छोरो थियो। नसरूद्दीन खुब खुशी भए। आफ्नो खास मित्रलाई निम्तो दिए। खुशी मनाउन दुवैजना रक्सीको आनन्द लिन भट्टीमा गए। तिमीले त्यहाँ एउटा खुशी पाउँछौ त्यो हो बेहोशी। यो ठूलो चाख लाग्दो कुरा छ। शिव, बुद्ध, महावीर यी सबै कराई-कराई भन्दै छन्,

दुनियाँमा एउँटै मात्र आनन्द छ- त्यो हो होश। र तिमीले एउटै मात्रै सुख जानेका छौ- त्यो हो बेहोशी। तिमी ठीक छौ वा उनीहरू ठीक छन्। दुवै ठीक त हुनै सक्दैन। मुल्ला नसरूद्दीन सरासर रक्सी भट्टीतिर गए, अस्पताल जानुको साटो। पहिले छोरोलाई हेर्नु पर्दथ्यो। उनले भने, अस्पताल जानु अघि अलिकति आनन्द नै लिऊँ। कति दिनदेखिको सपना पूरा भएको छ। डटेर दुवैले पिए। पिएर दुवै पुगे अस्पताल, र ऐनाको झ्यालबाहिरबाट छोरोलाई देखेपछि मुल्ला रून थाले। उनले आफ्ना ती मित्रसँग भने, पहिलो कुरा, मेरो छोरो जस्तो लागेन।

आफ्नो अनुहार उनलाई थाहा नै छैन अहिले। अहिले त आफ्नै अनुहार पनि उनले चिन्न सक्दैनन्। उनले भने, मेरो जस्तो लागेन ! र दोस्रो कुरा, असाध्यै सानो देखिएको छ। यति सानो बच्चोलाई लगेर गर्ने पनि के ! यो बाँच्ला ? मित्रले भने, विचलित नबन। जन्मदा म पनि तीनै पाउण्ड मात्रैको थिएँ। नसरूद्दीनले भने, तिमी बाँच्यौ र ? मित्र सोच्न थाले, किनभने उनी पनि बेहोशीमै थिए। मित्रले भने, पक्कापक्की त भन्न सक्दिन।

मान्छे बेहोशीमा छ। उसको जीवनको सम्पूर्ण परिप्रेक्ष, उसको सम्पूर्ण दृष्टि, हेराइ बेहोशीले भरिएको छ; धुवैं-धुवाँ भरिएका छन्। तिमी केहीलाई पनि ठीकसँग देख्दैनौ। र तिमीले एउटै सुखलाई जानेका छौ, जब तिमीले आफूलाई बिर्सेका हुन्छौ। चाहे सिनेमा होस्, चाहे सङ्गीत होस्, चाहे सेक्स होस् जहाँ पनि तिमी आफूलाई भुल्न पुग्छौ। त्यहाँ तिमी भन्छौ, ठूलो आनन्द आयो। भुल्नुलाई तिमी सुख भन्छौ ? विस्मरणलाई ? यसको कारण छ। किनभने जब तिमी होशमा हुन्छौ, तिमीले दुःख सिवाय आफ्नो जीवनमा अरू केही पनि पाउँदैनौ। यसकारण जतिखेर पनि तिमी हेर्छौ जीवनलाई थोरै सजग भएर, तिमीले पाउँछौ- दुःख, दुःख; कुरूपता चारैतिर।

एकजना मेरा मित्र छन्। अविवाहित नै रहे। उनलाई मैले सोधें, के भयो, के भयो, कसरी चुक्यौ ? तब उनले भने, ठूलो बाधा आइदियो। जुन स्त्रीलाई म प्रेम गर्थें, रक्सी खाएको बेला ऊ सुन्दरी लाग्थी। त्यो समयमा म उनलाई विवाह गर्न राजी हुन्थें, तर त्यतिबेला ऊ राजी भइन। जब म होशमा हुन्थें, अनि म राजी हुन्नथें, फेरि ऊ राजी हुन्थी। यसैले चुक्यो, कुनै उपाय निस्किएन, मेल हुनै सकेन।

तिमी जब आँखा खोलेर हेर्छौ, सबैतिर कुरूपता र दुःख देख्छौ । जब तिमी बेहोश हुन्छौ, तब सबै ठीक लाग्छन् । यसैले तिमीलाई कष्ट अनुभव हुन्छः चैतन्य आत्मा ! असम्भव । यसैले दुःखबाट पार हुनुपर्छ । किनभने तिमीले जन्मौं-जन्मसम्म दुःख आफ्नो चारैतिर रचेर राखेका छौ । तिमीले त्यो भोगेनौ भने कसले भोग्छ, किनभने ती तिम्रा रचना हुन् । यसैलाई हामीले कर्म भनेका छौं ।

कर्म भनेको यत्ति हो, हामीले जन्म-जन्मसम्म चारैतिर दुःख निर्माण गरेका छौं । जानी-नजानी हामीले दुःखको खेती गरेका छौं, त्यो फसल काट्छ कसले ? त्यो स्थितिमा जब तिमी होशमा आउनेछौ, तिमीलाई फसल देखापर्छ- सलक्क परेका र सप्रिएका । यही खेतबाट तिमीले पार हुनुपर्छ । तिमी त्यहीँ पुग्छौ, डराउँछौ । फेरि आँखा चिम्लिएर रक्सी पिउँछौ र भन्छौ यो असाध्यै झन्झटिलो काम हो । तर जति तिमी रक्सी पिउँछौ, उति नै यो खेती बढ्दै झ्याङ्गिदै जान्छ । हरजन्ममा तिम्रा कर्मको श्रृङ्खला अरू थपिदै जान्छन्, घट्दैनन् । तिमी झन्झन् गहिरो खाडलमा खस्छौ । नर्क अरू नजिकिएर आउँछ ।

होशपूर्ण बन्यौ भने पहिलो घटना, तिम्रो जीवनमा चारैतिर दुःख देखिन्छ, नर्क देखिन्छ । किनभने तिमीले त्यही निर्माण गरेका थियौ । तिमीले हिम्मत गर्‍यौ, साहस गर्‍यौ, र तिमी त्यस दुःखबाट पार भयौ भने जुन दुःखबाट तिमी सचेत भएर पार गर्‍यौ, त्यो फसल काटियो । ती दुःखबाट तिमीलाई पार हुनु पर्दैन फेरि-फेरि ।

तिमीले यी सारा दुःखका श्रृंखलाबाट, कर्मको श्रृंखलाबाट पार पाउनुपर्छ किनभने ती तिम्रो आत्माको चारैतिर बाँधिएका बलिया साङ्ला हुन् ।

तिमी ती सबैबाट पार पाऊ, र होश नगुमाउनू र हिम्मत जारी राख्नू । कुनै चिन्ता छैन, जति दुःख मैले पैदा गरेको छु, म पार गर्छु । म निर्दोष थिएँ, दुःखको यात्रा शुरू भएको थिएन । उसबखत मेरो आत्मा परम् पवित्र थियो, र मैले केही पनि सङ्ग्रह गरेको थिइनँ । म त्यो समयसम्म प्रवेश गरिनै रहन्छु, चाहे कुनै पनि परिणाम आओस्; जतिसुकै दुःख, जतिसुकै नै पीडा होस् !

तिमीले यति साहस गर्‍यौ भने आज नभए भोलि, दुःखबाट पार भएर तिमी त्यो ठाउँमा पुगिछाड्छौ, जहाँ शिवका सूत्र तिम्रो बुझाइमा आउँछः 'चैतन्य आत्मा हो ।' एकपटक आफूभित्रको चैतन्यमा स्थापित

भएपछि, फेरि तिमीबाट कुनै दुःख पैदा हुँदैन; किनभने बेहोशी मान्छले मात्र आफ्नो चारैतिर दुःख उत्पन्न गर्छ ।

तिमीले देखेका छौ जँड्याहाले बाटो हिंडेको, ऊ कसरी धर्मराउँछ ! यस्तै तिम्रो जिन्दगी छ । पाइला राख्छौ, कतै पर्छ । कहीं जान चाहन्छौ । अन्त कतै पुग्छौ । के गर्न चाहेका हुन्छौ, केही अरू नै भइदिन्छ । के भन्न निस्किएका हुन्छौ, केही अरू नै भनेर घर फर्किन्छौ । यस्तो त तिमीले दैनिकरूपमै गरे, भोगेका छौ । फेरि पनि तिमी बुझ्दैनौ यस्तो किन भइरहेकोछ । तिमी गएका थियौ कसैसँग क्षमा माग्न तर झगडा गरेर फर्कियौ । होशमा छौ तिमी ? तिमी कुरा प्रेमको गर्दै थियौ, शत्रुता भइदियो !

एकजना मान्छे रक्सी पिएपछि आकाशतिर हेर्दै हिंडिरहेको थियो । एउटा कार उसको नजिकैबाट गयो; निकै मुश्किलले ड्राइभरले बचाउन सक्यो । कार रोकेर ड्राइभरले भन्यो, महानुभाव ! आफू जान लागेको बाटोतिर हेर्नु हुन्न भने तपाईं त्यहीं पुग्नु हुनेछ जहाँ तपाईंले हेरिरहनुभएको छ ।

र हामी सबै... । हामीलाई कुनै पत्तो पनि छैन, हामी कहाँ गइरहेका छौं, किन गइरहेका छौं, कहाँ हेर्दै छौं, किन हेर्दैछौं ? हिंडिरहेका छौं; किनभने एउटा बेचैनी छ भित्र जसले बस्न पनि दिंदैन; एउटा शक्ति छ भित्र जसले चलाएर छोडिदिन्छ । फेरि हामी जे गर्छौं, सबैबाट उल्टो परिणाम आउँछ ।

मान्छेहरू म कहाँ आउँछन्, उनीहरू भन्छन्, हामीले अनुचित व्यवहार त कहिल्यै गरेका थिएनौ; भलो गरेकै हो, तर फल राम्रो पाएका छैनौं ।

यस्तो त हुनै सक्तैन, तिमी उपकार गर र फलचाहिं खराबीको मिलोस् । यस्तो त हुनै सक्तैन, तिमी आँपको कोया रोप र त्यसमा नीम उम्रियोस् । यस्तो त हुनै सक्तैन । यसो चाहिं हुन सक्छ, तिमीले बेहोशीमा रोप्यौ होला, रोप्यौ तिमीले निमकै बीज; तिमी होशमा थिएनौ । किनभने वृक्षले झूटो बोल्दैन । रोप्ने बेलामा तिमी भुलमा पर्‍यौ कि ? भलाई नै गर्‍यौ भने पनि, तिम्रो भलो गर्ने मन थिएन होला कि ?

तिमी साँचो बोल्छौ, तर अरूलाई चोट पुर्‍याउनलाई साँचो बोल्छौ । तिमी साँचो बोल्छौ अरूको अपमानका लागि । तिमी साँचो

बोल्छौ, तिमीले साँचोको उपयोग एउटा घातक हतियारकै ढङ्गले गरिराखेका छौ । तिम्रो सत्य टर्रो र तीतो हुन्छ । सत्यलाई तीतो टर्रो हुनुपर्ने कुनै पनि जरूरत छैन । तर मज्जा तिमीलाई त्यही तीतो टर्रोपनबाटै आउँछ; साँचोमा तिमीलाई मज्जा पनि हुँदैन । तिम्रो झुट सधैं मीठो हुन्छ । तिम्रो सत्य सधैं तीतो टर्रो हुन्छ । कुरा के हो ? के तीतो टर्रोपन सत्यको स्वभाव हो ? के मिठास झुटको अङ्ग हो ?

हैन, झुटबाट तिमी काम लिन चाहन्छौ भने तिमीले त्यसलाई मीठो बनाउँछौ; किनभने त्यो मीठो भएन भने बिक्दैन, चल्दैन । एक त झूटो, चल्न बिक्न मुश्किल, मिठासकै अधारमा बिक्छ चल्छ । जसरी तीतो टर्रो ओखतीको क्याप्सुलमा हामी मीठो गुलियो जलप लगाइदिन्छौं, बच्चाले मीठो मानेर खाइदिन्छ । तीतो टर्रोपनको पत्तो लागुन्जेल, औखती भित्र पुगिसकेको हुन्छ ।

तिमी झुटलाई मीठो पारिदिन्छौ, किनभने तिमी झुटलाई बिकाउन चाहन्छौ । तिमी सत्यलाई तीतो टर्रो बनाउँछौ; किनभने सत्यबाट तिमी अरूलाई केवल चोट पार्न चाहन्छौ । तिमीले सत्य बोल्ने भनेकै त्यतिबेला हो जब तिमी सत्यलाई त्यो किसिमले प्रयोग गर्न सक कि त्यो झूटो भन्दा पनि गए गुज्रिएको सावित होस्, बल्ल तिमी सत्य बोल्छौ ।

तिमी बेहोश छौ । तिम्रा आफ्नै कामका बारेमा तिमीलाई नै कुनै पत्तो छैन कि तिमी के गरिरहेका छौ । यसलाई थोरै होशपूर्वक हेर्न शुरू गर । जे तिमी बोल्न चाहन्छौ, त्यही बोल्यौ कि तिमीले कुनै अरू नै बोल्यौ ? के तिमीले बोल्नका लागि मात्र बोल्यौ ?

मार्क ट्वेन घर फर्किए । पत्नीले सोधिन्-कस्तो रह्यो व्याख्यान ? उनी व्याख्यान दिन गएका थिए । उनले भने, कुनचाहिं व्याख्यान ? जुन मैले तयार गरेको थिएँ, त्यो ? जुन मैले त्यहाँ दिएँ, त्यो ? वा जुन मैले चाहेको थिएँ दिऊँ भनेर, त्यो ? कुनचाहिं व्याख्यान ?

एक त्यो, जुन उसले तयार गर्छ, र अर्को त्यो जुन उसले दिन्छ- तीबीच निकै फरक हुन्छन् । फेरि एक, जुन ऊ घर फर्कंदै गर्दा सोच्छ, त्यही दिएको भए हुन्थ्यो । ती तीनैवटै अलग-अलग हुन् ।

होशमा छौ ? सबै निसाना तिम्रो विफल हुन्छ । तिम्रो जिन्दगीमा कहिल्यै पनि कुनै निसाना लाग्यो ? आँखा चिम्लिएर तीर हाने पनि कुनै न कुनै बेला निसानामा लाग्छ ।

तिमीलाई थाहा छ होला, भित्तामा झुण्ड्याइराख्ने हो भने बन्द घडीले पनि चौबीस घण्टामा दुईपल्ट ठीक समय बताउँछ । तिम्रो जिन्दगीमा यस्तो पनि भएन, दुई पल्ट पनि तिमीले ठीक समय बताएका छैनौ । के तिमी बन्द घडीभन्दा पनि गए गुज्रिएका छौ ? अँध्यारोमा पनि मान्छेले तीर चलाइरह्यो भने, कुनै न कुनै बेला निसानामा लाग्छ । तिमी खुला आँखाले, होशमा, प्रकाशमा तीर चलाउँछौ; तर कहिल्यै निसानामा लाग्दैन । के कारण होला ?

मुल्ला नसरूद्दीनलाई रूचि थियो हरिणको शिकार खेल्ने । तेस्रोपटक जब उनी शिकार खेल्न जङ्गल पुगे, र जङ्गलको विश्रामगृहमा उनले आफ्ना सरसामान राखे, र तयारी गरे । सुट्केस खोले, त्यँहा एउटा ठूलो फोटो फेला पऱ्यो । पत्नीले त्यस फोटोको तलतिर लेखेकी थिइन्: मुल्ला ! हरिण यस किसिमको हुन्छ । उनलाई शिकारमा रूचि त थियो, तर हरिणबारे जानकारी थिएन । तिमीले जे भेट्यौ त्यही लिएर घर आउने छौ । यस्तो हुन्छ हरिण, राम्रोसँग फोटो हेर्नू ।

तिमी सबैतिर चुकेका छौ- यही तिम्रो जीवनको दुःख हो । चुक्नुको कुल कारण के हो भने तिमी होशमा छैनौ । यसकारण जे गर, होशपूर्वक गर । उठ्छौ त पनि होशपूर्वक, हिँडछौ त पनि होशपूर्वक ।

महावीरले भनेका छन्, विवेकले हिँड, विवेकसँग बस, विवेकले भोजन गर, विवेक पुऱ्याएर बोल, विवेकपूर्वक सुत । महावीरसँग कसैले सोध्यो, साधु को हो ? महावीरले भने, जो अमूर्छित छ । अनि असाधु को ? महावीरले भने, जो मूर्च्छित छ । जो सुती- सुती बाँचिरहेको छ, ऊ असाधु हो । जो जागी-जागी सजग भएर बाँचिरहेको छ, ऊ साधु ।

यही शिवले भनिरहेका छन्; 'चैतन्य आत्मा हो ।'

चैतन्य बढाऊ; बिस्तारै-बिस्तारै आत्माको चहकिलो रूप तिम्रो जीवनमा आउने निश्चित छ ।

दोस्रो सूत्र होः ज्ञानं बंधः । ज्ञान बन्धन हो ।

यो साह्रै अनौठो सूत्र हो । ज्ञानका धेरै अर्थहरू छन् । एक, जबसम्म तिमी यो ज्ञानले भरिएर बस्छौ, म हुँ, त्यसबेलासम्म तिमी अज्ञानमै रहन्छौ; किनभने म अज्ञान हो । अहंकार अज्ञान हो । जुन दिन तिमी आत्माबाट भरिन्छौ, त्यसदिन 'हुँ-पन' त रहन्छ, 'म- पन' रहँदैन । 'म हुँ' यसबाट 'म' चाहिँ काटिन्छ, केवल 'हुँ' रहन्छ। यसलाई प्रयोग गरेर हेर । कुनैबेला कुनै वृक्षको मुनि शान्तसँग बसेर खोज, तिमीभित्र 'म' कहाँ छ ? तिमीले कहीँ पनि पाउने छैनौ । हुँ त तिमीले सबैतिर पाउँछौ । 'म' तिमी कहीँ पनि पाउँदैनौ । सबै ठाउँमा तिम्रो अस्तित्व भेटिन्छ, तर अस्तित्वसँगै अहंकार तिमीले कहीँ पनि भेट्दैनौ । अहंकार तिमीद्वारा निर्मित हो । त्यो तिमीले बनाएका हौ । त्यो झूटो हो, त्यो असत्य हो । त्यसभन्दा ज्यादा अप्रमाणिक अरू केही पनि छैन । त्यो कामचलाउ हो । संसारमा त्यसको आवश्यकता छ; तर सत्यमा त्यसको कुनै स्थान छैन ।

'म हुँ'- यो ज्ञान बन्धनको कारण हो । मेरो बोध ! 'हुँ पन' को बोध हैन, 'हुँ पन' को बोध त शुद्ध हुन्छ, त्यसमा कुनै सीमा हुँदैन। जब तिमी भन्छौ 'हुँ', तब तिम्रो 'हुँ' मा र वृक्षको 'हुँ' मा कुनै फरक होला ? तिम्रो 'हुँ' मा र मेरो 'हुँ' मा कुनै फरक होला ? जब तिमी केवल 'हौ', त नदी, पहाड, वृक्ष सबै एक भए । जसै मैले भनें 'म' त्यसपछि नै म अलग भएँ । जसै मैले भनें 'म' त्यसपछि नै तिमी छुट्टियौ, टाढा भयौ, अस्तित्वबाट म पृथक भएँ ।

'हुँ-पन' ब्रह्म हो र 'म' मनुष्यको अज्ञान दशा हो । जब तिमी भन्छौ 'हुँ', तब तिम्रो भित्र केन्द्र हुँदैन । तब सम्पूर्ण अस्तित्व एक भएर जान्छ । तब तिमी सागरमा विलीन भएको लहर समान हुन्छौ। अहिले तिमी त्यो लहर समान हौ जुन जमेर बरफ भएको छ, सागरबाट छुट्टिएर बस्यो ।

'ज्ञानं बंधः ।'

पहिलो त ज्ञान बन्धन हो- म हुँ भन्ने ज्ञान । दोस्रो, ज्ञान बन्धन हो- ती सबै ज्ञान जुन तिमीले बाहिरबाट जम्मा गरेका छौ, जुन तिमीले शास्त्रहरूबाट चोऱ्यौ, जुन तिमीले सद्‌गुरुहरूबाट उधारो लिएका छौ, जुन तिम्रो स्मृतिमा छन्- ती सबै बन्धन हुन् । त्यसबाट तिमीले मुक्ति पाउँदैनौ । यसैले तिमीले पण्डितभन्दा बढी बाँधिएको मान्छे पाउँदैनौ । म कहाँ सबै किसिमका मान्छेहरू आउँछन्, सबै किसिमका रोगी । तिनमा पण्डितभन्दा ज्यादा क्यान्सरग्रस्त कोही पनि

हुँदैनन् । त्यसको ओखती उपचार छैन । त्यो उपायहीन छ । समस्या के हो भने यो उसले जानेको छ । यसैले न ऊ सुन्न सक्छ, न ऊ बुझ्न नै खोज्छ । तिमी उसलाई केही भनिहेर, तिमीले बोल्नुअघि उसले त्यसको अर्थ निकालिसकेको हुन्छ; तिम्रो कुरा सुन्नुअघि उसले आफ्नो व्याख्या तयार पारिसकेको हुन्छ । शब्दबाट भरिएको चित्त जान्नबुझ्न असमर्थ हुन्छ । विना केही जानेरै उसले बढी जानेको हुन्छ; किनभने सबै जानेका कुरा उधारो हो ।

शास्त्रबाटै ज्ञान मिल्थ्यो भने सबैसँग शास्त्र छन्, ज्ञान सबैले पाएका हुन्थे । ज्ञान तब प्राप्त हुन्छ, जब ऊ निःशब्द बन्न सक्छ; जब उसले सबै शास्त्रलाई विसर्जित गरिदिन्छ; जब ऊ ती सबै उधारोका ज्ञानलाई फिर्ता गरिदिन्छ जगतलाई; जब ऊ त्यो खोज्छ, जुन आफ्नो मूल अस्तित्व हो, जुन मैले अरूबाट पाएको होइन ।

यसलाई यस किसिमले बुझ । तिम्रो शरीर तिमीलाई माता र पिताबाट प्राप्त भएको हो । तिम्रो शरीरमा तिम्रो भन्नु खासमा कुनै चीज छैन । आधा आमाको दान हो, आधा तिम्रा पिताको दान हो । फेरि तिम्रो शरीर तिमीलाई दिनदिनै खाएको भोजनबाट पनि त प्राप्त भएको छ । पञ्चतत्वबाट प्राप्त भएको छ- वायु, अग्नि, पानी, अकाश र पृथ्वी, पाँचै तत्व छन्, तीबाट तिमीले पाएका छौ । यसमा तिम्रो भन्नु केही नै छैन । तर तिम्रो चेतना तिमीले ती पाँचतत्वहरूमध्ये कुनैबाट पनि पाएका होइन । तिमीसँग भएको चेतना तिमीलाई माता र पिताबाट पनि प्राप्त भएको होइन ।

तिमीले जे-जे जानेका छौ त्यो तिमीले स्कूल, विश्वविद्यालयबाट सिकेका हौ, शास्त्रहरूबाट सुनेका हौ, गुरुहरूबाट पाएका हौ । ती तिम्रो शरीरका हिस्सा हुन्, तिम्रो आत्माको होइन । तिम्रो आत्मा त त्यो हो जसलाई तिमीले कसैबाट पनि पाएका होइनौ । जबसम्म तिमी त्यो शुद्ध तत्वलाई खोज्दैनौ, जुन नितान्त तिम्रो हो, जुन तिमीलाई कसैबाट प्राप्त भएको होइन- न आमाले दिइन्, न पिताले, न समाजले, न गुरूले, न शास्त्रले, त्यही तिम्रो स्वभाव हो ।

ज्ञान बन्धन हो, किनभने त्यसले तिमीलाई यस स्व-भावमा पुग्न दिँदैन । ज्ञानले नै तिमीलाई विभाजित गरिदिएको छ । तिमी भन्छौ, म हिन्दु हुँ । तिमीले कहिल्यै सोच्यौ, तिमी हिन्दु किन हौ ? तिमी भन्छौ, म मुसलमान हुँ । तिमीले कहिल्यै विचार गर्‍यौ, तिमी मुसलमान किन हौ ? हिन्दु र मुसलमानमा फरक के छ ? के

उनीहरूको रगत झिकेर कुनै डाक्टरले परीक्षण गरेर भन्न सक्छ, यो हिन्दुको रगत हो, यो मुसलमानको रगत हो ? उनीहरूको हाडको टुक्रो निकालेर कसैले भन्न सक्छ, यस्तो हाड मुसलमानबाट आउँछ र यस्तो हिन्दुबाटै आउँछ ?

कुनै उपाय छैन । शरीरको जाँचबाट केही पनि थाहा लाग्दैन; किनभने दुवैको शरीर पञ्चतत्वबाटै बनेको छ । उनीहरूको खोपडीको जाँच गर त थाहा भई हाल्छ, कुन हिन्दु हो, कुन मुसलमान हो; किनभने दुवैका शास्त्र बेग्लै, दुवैका शब्द बेग्लै छन् । शब्दको भेद छ तिम्राबीचमा । तिमी हिन्दु हौ; किनभने तिमीले एक ढङ्गको ज्ञान पाएका छौ, जसको नाम हो हिन्दु । अर्को जैन छ; किनभने उसले अर्कै किसिमको ज्ञान पाएको छ, जसको ज्ञानको नाम जैन हो ।

तिमीहरूबीच जति अन्तर छन्, पर्खाल छन्, ती ज्ञानका पर्खाल हुन् । सबै ज्ञान उधारोका हुन् । तिमी एक मुस्लिम बच्चोलाई हिन्दुको घरमा राखिदेऊ, ऊ हिन्दुकै ढाँचामा हुर्किन्छ । उसले ब्राह्मणले झैं जनै लगाउँछ । उसले उपनिषद् र वेदका वचनहरू वाचन गर्नेछ । तिमी एक हिन्दु बच्चोलाई मुसलमानको घरमा राखिदेऊ, उसले कुरानको वाक्य दोहऱ्याउँछ ।

ज्ञानले तिमीलाई बाँध्छ; किनभने ज्ञानले तिम्रो चारैतिर एउटा पर्खाल उभ्याइदिन्छ । र ज्ञानले तिमीलाई झगडामा फसाउँछ, र ज्ञानले तिम्रो जीवनमा वैमनस्य र शत्रुभाव पैदा गरिदिन्छ । एकैछिन सोच तिमीलाई केही पनि सिकाइएन अब तिमी हिन्दु हौ कि मुसलमान, जैन कि फारसी ? तब तिमी के गरौला ? तिमी हुर्किनेछौ एक मनुष्य बनेर; त्यहाँ कुनै प्रकारका पर्खाल हुने छैनन् ।

दुनियाँमा लगभग तीनसय धर्म छन्- यसो भनौं तीन सय जेलहरू छन् । हरेक मान्छेलाई जन्मनासाथ एक न एक जेलमा हालिदिइन्छ । पण्डित, पुरेतले सकेसम्मको प्रयत्न गर्छन्, बच्चामाथि चाँडोभन्दा चाँडो कब्जा जमोस् । यो कब्जा गर्ने विधिलाई उनीहरू धर्म-शिक्षा भन्छन् । योभन्दा ठूलो अधर्म अरू कुनै पनि हुँदैन । उनीहरू त्यसलाई धर्म-शिक्षा भन्छन् । सात वर्षभन्दा अगाडि नै बच्चो कब्जामा परोस्; किनभने सात वर्षको बच्चो केही गरी हुर्किइहाल्यो भने फेरि कब्जा जमाउन मुस्किल हुँदै जान्छ । बच्चालाई थोरै मात्र पनि बोध भयो भने उसले प्रश्न गर्न थालिहाल्ला । तर प्रश्नहरूको जवाफ पण्डितहरूसँग कत्ति पनि हुँदैन ।

पण्डित केवल जडबुद्धिवालाहरूलाई तृप्त गराउन सक्छन् । जति कम बुद्धिको मान्छे हुन्छ, पण्डितबाट उत्तिनै चाँडै तृप्त हुन्छ । उसले प्रश्न सोध्छ, उत्तर पाइहाल्छ । तिमी गएर पण्डितसँग सोध्छौ- संसार कसले बनायो ? उसले भनिदिन्छ- भगवान्ले । तिमी प्रसन्न भएर घर फर्कन्छौ । तिमीले प्रश्न गर्दैनौ- भगवान्लाई कसले बनायो ? तिमीले अर्को प्रश्न गर्थ्यौ भने, पण्डित रिसाउँथे; किनभने त्यसबारे उनलाई पनि थाहा छैन । किताबमा त्यसबारे लेखिएकै छैन, कसरी बताओस् । फेरि यो झन्झटको कुरा होः परमात्मालाई कसले बनायो ? तिमी सोधेको सोध्यै गरौला; उनी जसोतसो उत्तर देलान्, तिमी सोधौला, उसलाई कसले बनायो ?

ध्यानपूर्वक तिमीले सोच्यौ भने तिम्रो पहिलो प्रश्नको उत्तर पनि दिइएको छैन । पण्डितले तिमीलाई केवल सन्तुष्ट गरिदिए; किनभने तिमी ज्यादा बुद्धिमान् छैनौ । बच्चा अबोध हुन्छन् । उनीहरूको तर्क जागिसकेको छैन, विचार जागेको छैन; यतिखेर उनीहरू बढी प्रश्न सोध्न सक्दैनन् । अहिले तिमी ज्ञानका बोक्राबोक्री उनीहरूका दिमागमा हालिदिन्छौ, उनीहरू त्यसलाई स्वीकारी दिन्छन् । बच्चाहरू सहज स्वीकार गर्छन्; किनभने उनीहरू सोच्छन्, जे भनिएका छन् ती सबै ठीक छन् । बच्चाहरू अनेकौं प्रश्न गरिराख्न सक्दैनन् । प्रश्न गर्नका लागि त अलिकति उमेर पनि छिप्पिनुपर्छ ।

यसैले सबै धर्मले बच्चाहरूको घाँटीमै समात्छन् र फाँसीमा चढाउँछन् । फाँसी एकदम सुन्दर हुन्छ ! कसैको घाँटीमा बाइबल झुण्डिएको छ । कसैको घाँटीमा समयसार झुण्डिएको छ । कसैको घाँटीमा कुरान झुण्डिएको छ । कसैको घाँटीमा गीता झुण्डिएको छ । यी यति प्रीतिकर बन्धन हुन् कि यिनलाई फुकालेर मिल्काउने हिम्मत जुटाउन निकै मुश्किल हुन्छ । जब तिमी फुकाल्न खोज्छौ, एउटा खतरा अघिल्तिर आइहाल्छ । किनभने यिनलाई झिक्यौ भने त तिमी अज्ञानी सिद्ध भयौ ! जब तिमी यिनलाई छोड्छौ, तिमी पाउँछौ- मैले त केही पनि जाने बुझेको रहेनछु, केवल यो किताब सम्पूर्ण सम्पदा रहेछ । यसलाई बोक । आफ्नो अज्ञानलाई लुकाउने यही त एक उपाय हो ।

अज्ञान लुकाउँदैमा मेटिएर जान्थ्यो भने निकै सजिलो समाधान हुन्थ्यो । अज्ञान लुकायो छोप्यो भने बढ्छ जसरी आफ्नो घाउ

लुकाउँदा झन बढ्छ । यसरी त्यो निको हुँदैन । घाउ अरू भित्र-भित्रै बढ्छ; घाउ बिग्रिएर शरीरभर फैलिन्छ ।

शिव भन्नुहुन्छः 'ज्ञान बंध हो ।'

सिकिएको ज्ञान, उधारो ज्ञान, अरूबाट लिइएको ज्ञान- बन्धनको कारण हो । तिमीले अरूबाट पाएका ज्ञानलाई छोड । तिमी त्यसको खोजी गर, जुन कसैबाट लिनुपर्दैन । तिमी त्यसको खोजीमा निस्क, त्यस्तो अनुहारको खोजीमा, जुन तिम्रो हो । तिम्रीभित्र लुकेर बसेको एउटा झरना छ चैतन्यको, जुन तिमीले कोही कसैबाट पनि पाएका होइनौ, जुन तिम्रो स्वभाव हो, जुन तिम्रो निजी सम्पदा हो, निजत्व हो । त्यही तिम्रो आत्मा हो ।

तेस्रो सूत्र होः *'योनिवर्ग र कला शरीर हो ।'*

योनिको अर्थ होः प्रकृति । हामी स्त्रीलाई प्रकृति भन्छौं । स्त्रीले शरीर दिन्छिन्; उनी प्रकृतिकी प्रतीक हुन् । कलाको अर्थ होः कर्ताको भाव । एउटा मात्रै कला छ, त्यो कला हो संसारमा आउने वा जन्मने कला, र त्यो हो कर्ताको भाव । यी दुई चीज मिलेर तिम्रो शरीर निर्मित हुन्छ-तिम्रो कर्ताको भाव, तिम्रो अहंकार र प्रकृतिबाट पाएको शरीर । तिमीभित्र कर्ताभाव छ भने तिमीलाई योग्य शरीर प्रकृतिले दिँदै जान्छिन् ।

यसरी तिमी बारम्बार जन्मिएका छौ । कहिले तिमी पशु थियौ, कहिले पक्षी थियौ, कहिले वृक्ष थियौ, कहिले मनुष्य । तिमीले जे चाह्यौ, त्यो तिमीले पाएका छौ । तिमीले जुन आकाङ्क्षा राख्यौ, तिमीले जुन कर्तृत्वको वासना राख्यौ, त्यही घटित भयो । तिम्रो कर्तृत्वको वासना घटना बन्न जान्छ । विचार वस्तु बन्न जान्छ । यसैले निकै सोच-विचार गरेर वासना लिने गर; किनभने सबै वासनाहरू पूरा हुन्छन् ढिलो-चाँडो ।

तिमीले अनेकौं पटक आकाशमा पक्षी उडेको देखेका छौ र सोच्छौ-कति स्वतन्त्रता छ पक्षीलाई ! आहा हामी पनि पक्षी हुन्थ्यौं भने ! बेरै लाग्दैन, तुरून्तै तिमी पक्षी हुनेछौ । तिमीले देख्यौ कुकुरले सम्भोग गर्दैरहेको र तिमी सोच्न थाल्छौ- कस्तो स्वतन्त्रता ! कति सुख ! उत्तिखेरै तिमी कुकुर बन्नेछौ । तिमीले जुन वासना आफूभित्र सङ्ग्रह गर्छौ, त्यसले बीजको रूप धारण गर्छ । प्रकृतिले त केवल शरीर दिन्छिन्; कलाकार त तिमी हौ स्वयंको निर्माणकर्ता । आफ्नो

शरीरलाई तिमीले नै बनाएका हौ- यो कलाको अर्थ हो। कसैले तिमीलाई शरीर दिइरहेको छैन; तिम्रो वासनाले शरीर निर्माण गर्छ।

तिमीले याद गरेका छौ ? राति तिमी सुत्छौ, त्यस स्थितिमा अन्तिममा जुन विचार मनमा लिएका हुन्छौ निदाउँदाको बखत, त्यही नै बिहान् उठ्दा पहिलो विचार हुनेछ। रातभर तिमी सुतिरह्यौ। त्यो विचार बीजझैं तिमीभित्रै रहिरह्यो। जुन अन्तिम थियो, त्यो बिहानीमा प्रथम हुनेछ। तिमी मर्नेछौ यस शरीरबाटै, आखिरी मर्ने बेलामा तिम्रो सम्पूर्ण जीवनको वासना जम्मा भएर बीज बन्नेछ। त्यही बीज नयाँ गर्भ बन्न पुग्छ। जहाँबाट तिम्रो अन्त्य भयो, त्यहीँबाट तिम्रो फेरि प्रारम्भ हुनेछ।

तिमी अहिले जे बनेका छौ, यो तिम्रै कृत्य हो। यसको दोष कुनै दोस्रोमाथि नथोपर। यहाँ कोही दोस्रो छैन, जसलाई दोष दिन सकियोस्। यो तिम्रै कामको सञ्चित फल हो। सुन्दर-कुरूप, दुःखी-सुखी, स्त्री-पुरूष तिमी जे बनेका छौ, यो तिम्रै कामको फल हो। तिमी नै हौ कलाकार आफ्नो जीवनको। मलाई भाग्यले बनाएको हो नभन; किनभने त्यसो भन्नु धोखा हो। यसरी तिमीले आफ्नो जिम्मेवारी कुनै अरूमाथि हालिदिँदै छौ। मलाई परमात्माले पठाएको हो पनि नभन। तिमी परमात्मामाथि जिम्मेवारी नपन्छाऊ; किनभने यो उपाय हो आफ्नो दायित्वबाट पन्छने र बच्ने। यस संसाररूपी जेलमा तिमी आफ्नै कारणले छौ। जसले आफ्नै कारणले म यहाँ छु भन्ने कुरा बुझेको छ, उसको जीवनमा क्रान्ति शुरू हुन्छ।

शिव भन्दैछन्: *'योनिवर्ग र कला शरीर हो।'*

प्रकृति त केवल योनि हो। त्यो त केवल गर्भ हो। तिम्रो अहंकार त्यस योनिमा बीज बन्छ। तिम्रो कर्तृत्वको भाव- म यो गरूँ, म यो पाऊँ, म यस्तो बनूँ- यही नै बीज बन्छन्। जब तिम्रो कतृत्वको कला र प्रकृतिको योनिबीच मिलन हुन्छ, शरीर निर्मित भइदिन्छ।

यसैले बुद्धपुरूष भन्छन्, सबै वासनाहरूलाई छोड, अनि मात्र तिमी मुक्त हुन सक्छौ। तिमीले स्वर्गको वासना राख्यौ भने तिमी देवता बन्नेछौ, तर मुक्तिचाहिँ हुँदैन। किनभने वासनाहरूबाट कहिल्यै पनि अशरीरको स्थिति पैदा हुँदैन, सबै वासनाहरूबाट शरीर निर्मित भएरै छोड्छन्। जबसम्म तिमी निर्वासनाको अवस्थामा पुग्न सक्दैनौ,

39250

जबसम्म तृष्णालाई तिमीले पूर्ण रूपमा त्याग्न सक्दैनौ, तिमी नयाँ शरीरहरूमा व्यर्थ घुमिरहन्छौ ।

शरीरको ढाँचा अलग होला, शरीरका मौलिक स्थिति भने एकैखाले हुन्छन् । सबै प्रकारका शरीरको दुःख समान हुन्छन्; चाहे पक्षीको शरीर होस्, चाहे मान्छेको शरीर होस्, दुःखमा कुनै प्रकारको भेद हुँदैन । किनभने मौलिक दुःख हो- आत्मालाई शरीरमा बाँधिन पर्नु । मौलिक दुःख हो- जेलमा थुनिनु । फेरि जेलको पर्खाल बाटुलो छ कि त्रिकोण छ, वा चारकुने छ, त्यसबाट कुनै समाधान निस्कँदैन, त्यसमा कुनै फरक पर्दैन । भलै तिमी सोच्दा हौ, फरक पर्छ ।

मेरा मित्र छन्, चित्रकलाका शिक्षक । उनी जेल परे । रिहा भए तीन वर्षपछि, त्यतिबेला मैले उनीसँग सोधें, कस्ता रहे दिनहरू, कसरी कटे दिन ? उनले भने, अरू त सबै ठीकै थियो, तर मलाई बस्न दिएको कोठाको कुना नब्बे कोणका थिएनन् । उनी चित्रकलाका शिक्षक हुन् । हेर त उनको बुद्धि ! नब्बे कोणका थिएनन् कोठाका कुनाहरू । उनको खास कष्ट तीन वर्ष यसैमा रह्यो । किनभने एउटै कोठामा बस्नु र बारम्बार तिनै कुनालाई हेर्नपर्नु, जुन नब्बे कोणका छैनन् । उनी भन्थे, सबै ठीकै थियो, अरू कुनै बाधा थिएन; तर कुनाहरू ठीक नब्बे कोणका थिएनन् ।

कुनो नब्बेको होस् कि नहोस्, यसमा के फरक पर्छ ? जेल जेल नै हो । पक्षीको शरीर होस् कि मान्छेको, ठूलो अन्तर पर्दैन । बन्धनमा तिमी पऱ्यौ, त्यही दुःख हो । बाँधियौ तिमी, त्यही दुःख हो । वासनाले बाँध्छ । वासना हो डोरी, जसबाट हामी बाँधिन्छौ । तिमी बुझ, यसका लागि तिमीबाहेक अरू कोही पनि जिम्मेवार छैन ।

'उद्यमो भैरवः ।' चौथो सूत्र होः 'उद्यम नै भैरव होः ।'

उद्यम त्यस आध्यात्मिक प्रयासलाई भनिन्छ, जसबाट तिमी यो जेलबाट बाहिरिने चेष्टा गर्छौ । त्यही भैरव हो । भैरव शब्द पारिभाषिक विशिष्ट अर्थ लाग्ने शब्द हो । 'भ' को अर्थ होः भरण, 'र' को अर्थ होः रवण, 'व' को अर्थ होः वमन । भरणको अर्थ होः धारण, रवणको अर्थ होः संहार, र वमनको अर्थ होः फैलाउनु । भैरवको अर्थ भयोः ब्रहम- जसले धारण गरेको छ, जसले सम्हालेको छ, जसमा हामी पैदा होऔंला, र जसमा हामी मेटिऔंला; जुन विस्तार हो र जुन त्यहीं खुम्चिएला; जुन सृष्टिको मूल हो, र जसमा प्रलय रहेको छ । अतः मूल अस्तित्वको नाम भयो भैरव ।

शिव भन्नुहुन्छः *'उद्यम नै भैरव होः ।*

जुन दिन तिमीले आध्यात्मिक जीवनको प्रयत्न शुरू गऱ्यौ, तिमी भैरव हुन थाल्यौ; तिमी परमात्मासँग एक हुन थाल्यौ । तिम्रो प्रयत्नको पहिलो किरण, र तिमीले सूर्यतर्फको यात्रा शुरू गऱ्यौ । पहिलो हेक्का तिमीमा आफूभित्र मुक्त हुने प्रयास हुनुपर्नेछ, र धेरै टाढा हुनेछैन गन्तव्य; किनभने पहिलो भनेकै करीब–करीब आधा यात्रा हो ।

'उद्यम भैरव हो ।'

पाउनेछौ, ढिलो होला, गन्तव्यमा पुग्नलाई समय लाग्छ नै । तर तिमीले प्रयास शुरू गऱ्यौ, र तिमीभित्र बीज रोपिइसक्यो- म उभिऊँ यो जेलको बाहिर; म जाऊँ, शरीरबाट मुक्त बनूँ, म हटूँ वासनाबाट; म अब बीज नरोपूँ यो संसार बढाउन र फैलाउनका लागि; म अन्य जन्मको आकांक्षी नबनूँ । तिमीभित्र जब यस्तो भाव मजबूत हुन शुरू भयो, अब म बहोशीबाट ब्युँझू र चैतन्य बनुँ, यसपछि तिमी भैरव हुन लाग्यौ; यसपछि नै तिमी ब्रह्मसँग एक हुन लाग्यौ । किनभने वस्तुतः तिमी एक हौ नै, केवल तिमीलाई स्मरण आए पुग्छ । मूलतः तिमी एक हौ नै । तिमी उही सागरका झरना हौ, तिमी उही सूर्यका किरण हौ, तिमी उही महाआकाशको एउटा सानो खण्ड हौ । तिमीलाई स्मरण हुन शुरू भएपछि पर्खाल विसर्जित हुन पुग्छ, तिमी त्यस महाआकाशसँग एक बन्नेछौ ।

'उद्यम भैरव होः ।'

ठूलो कठिन प्रयास गर्न जरूरी छ । किनभने निद्रा गहिरो छ; अनवरत प्रयासले नष्ट गऱ्यौ भने बल्ल खुल्नेछ । अल्छी गरेमा, सम्भव छैन । आज नष्ट गरौला, भोलि नै फेरि उही गरौला, तब फेरि बाटो भुलेर रूमल्लिने छौ । एउटा हातले नष्ट गरौला, अर्कोले फेरि बनाउँदै जान्छौ भने तिम्रा श्रम व्यर्थ हुन्छन् । उद्यमको अर्थ हो– तिम्रो पूरै चेष्टा वा प्रयत्न संलग्न रहोस् । विभिन्न व्यक्तिहरू म कहाँ आउँछन् । उनीहरू भन्छन्, हामी प्रयत्न गर्छौं तर फरक परेको छैन ।

म उनीहरूको मुखाकृति हेर्छु । उनीहरूले गर्दैनन् नै, वा गरिहाले भने यसरी मरीमरी गर्छन्, मानौं उनीहरू झिङ्गा धपाइराखेका छन् । उनीहरूको गराइमा कुनै प्राण हुँदैन, यसकारण फरक देखा

पर्दैन । उनीहरू यहाँ यसरी आउँछन् मानौं उनीहरूले परमात्मालाई ठूलो कृपा गर्दैछन् । त्यसैले त भइरहेको छैन । त्यो अवस्थामा दुःखेसो बोकेर आएका हुन्छन् मानौं कहीँ केही गडबडी भइरहेको छ, कहीँ केहीमाथि अन्याय भइरहेको छ, अरूलाई भइरहेको छ, हामीलाई भइरहेको छैन ।

यो जगत्मा अन्याय हुँदै हुँदैन । यो जगतमा जे हुन्छ, न्याय हो । किनभने यहाँ कोही पनि बसेको छैन न्याय–अन्याय गर्नलाई । जगत्मा नियम छ, त्यसको नाम धर्म हो । तिमी टेढोमेढो हिड्यौ भने लड्छौ, खुट्टा भाँचिन्छ; अदालतमा तिमी गुरूत्वाकर्षण कानूनलाई मुद्दा हाल्छु भन्दैनौ । मुद्दा हालिहाल्यौ भने पनि त्यस अवस्थामा अदालतले भन्नेछ, तिमीले टेढो हिंड्न हुँदैन थियो । गुरूत्वाकर्षण तिमीलाई लडाउन उत्सुक छैन, न तिमी नै सम्हालिन उत्सुक छौ । तिमी जब सोझो–सोझो हिँडौला, त्यसैले तिमीलाई सम्हाल्छ । जब तिमी टेढो हिँड्छौ, त्यसैले तिमीलाई लडाउँछ । तिमीलाई लडाउने उसको न कुनै आकाङ्क्षा छ, न सम्हाल्ने । ऊ तटस्थ छ, जगत्को नियम ।

त्यही तटस्थ नियमको नाम धर्म हो । त्यसलाई हिन्दुहरूले सृष्टिको आदिकारण भनेका छन् । त्यो परम नियम हो । उसले कसैलाई लडाऊँ, कसैलाई उठाऊँ भनेर योजना बनाउँदैन । तिमी जब ठीकसँग हिँड्न थाल्छौ, उसले तिमीलाई सम्हाल्छ । तिमी लड्नै चाहन्छौ भने उसले तिमीलाई लडाइदिन्छ । ऊ हरअवस्थामा उपलब्ध छ । तिमी जसरी जुन किसिमले उसको उपयोग गर्न चाहन्छौ, ऊ तिम्रो लागि खुला छ । उसको द्वार बन्द छैन । तिमी ढोकामा टाउको ठोक्न चाहन्छौ, ठोक । तिमी ढोका खोलेर भित्र जान चाहन्छौ, भित्र जाऊ । ऊ तटस्थ छ ।

उद्यम भैरव हो ।'

महान् श्रम चाहिँन्छ । उद्यमको अर्थ हो: *प्रगाढ श्रम* । तिम्रो समग्रता पूरै लागोस् श्रममा, त्यसैको नाम उद्यम हो । तब ढिलो हुनेछैन तिमीलाई भैरव बन्न ।

शक्तिचक्रको सन्धानले विश्वको संहार हुन पुग्छ–पाँचौं सूत्र हो ।

तिमीले ठीक उद्यम गर्‍यौ, तिमीले प्रयासमा आफ्नो सम्पूर्ण ऊर्जा लगाइदियौ–सत्यको खोज, परमात्माको खोज वा आत्माको खोजमा– भने तिमीभित्र जुन शक्ति चक्र छ, त्यो पूर्ण हुन पुग्छ ।

अहिले तिमीभित्रको शक्ति चक्र पूर्ण छैन, टुक्रिएको–बाँडिएको छ । वैज्ञानिकहरू भन्छन्, बुद्धिमान्‌भन्दा बुद्धिमान् मान्छे पनि आफ्नो पन्ध्र प्रतिशतभन्दा बढी प्रतिभाको उपयोग गर्दैन; पचासी प्रतिशत प्रतिभा त्यसै सडेर जान्छ । यो त बुद्धिमान् मान्छेको कुरा हो; बुद्धको के हिसाब ! उसले त शायद गर्दै गर्दैन । हामी आफ्नो शरीरकै ऊर्जाको पनि पूरा उपयोग गर्दैनौं– पाँच प्रतिशत बढीभन्दा बढी । हामी सुस्त–सुस्त किसिमले बाँच्छौं, हाम्रो बत्ती मधुरो–मधुरो लाग्छ भने कसुर कसको हो ? तिमी बाँचेकै हुन्नौ पूरा किसिमले । यस्तै किसिमले तिमी बाँच्नैसँग पनि भयभित छौ कि आगोको लप्को कतै हुत्तिएर नआइदेओस् । तिमी डराउँदै–डराउँदै छौ, तिमी काँप्दै–काँप्दै बाँचेका छौ, अनि फेरि शक्तिको जुन चक्र छ तिम्रो भित्र, त्यो पूरा हुन पाउँदैन । यस अवस्थामा तिम्रो गाडी यसरी चल्छ, जसरी कुनैबेला कारलाई तिमीले देखेको हुनुपर्छ–पेट्रोल कतिखेर आउँछ, कतिखेर आउँदैन, कतिखेर फोहर आउँछ, तब कार यसरी चल्छ मानौं कि बाडुली लाग्दै छ । हो यस्तै तिम्रो जीवन छ । बाडुली लाग्दै तिमी हिंडेका हुन्छौ अलि-अलि मुश्किलले शक्ति खण्ड–खण्ड भएर आउँछ; अखण्ड शक्ति हुनै सक्तैन ।

जुनसुकै चीजमा पनि तिमी आफ्नो पूरापूर शक्ति लगाइदिन्छौ, त्यो कुनै पनि चीज होस्– तिमी चित्र बनाउँछौ भने चित्रकार हौ, र तिमीले आफ्नो पूरा शक्ति चित्र बनाउनमा लगाइदियौ– पूरै, रत्तीभर बाँकी रहेन– तब तिमी त्यहीं त्यसैबखत मुक्त बन्छौ; किनभने त्यही उद्यम पूर्ण हुनासाथै भैरव बन्न पुग्छ । तिमी मूर्तिकार हौ तिमीले सारा तागत मूर्तिमा लगाइदियौ, मूर्ति बनाइरहँदा तिमी आफू विलय भयौ, केवल मूर्ति मात्रै रह्यो, तब शक्तिको चक्र पूरा हुनपुग्छ । जब तिमी पूरा शक्तिमा डुबेका हुन्छौ कुनै पनि काममा, त्यही ध्यान भइदिन्छ; भैरव नजिकै छ, मन्दिर उहीं आइपुग्छ ।

पाँचौं सूत्र हो: *'शक्तिचक्रको सन्धानबाट विश्वको संहार हुनजान्छ ।'*

जुन बखत तिम्रो शक्तिको चक्र पूरा हुन्छ–टोटल, समग्र; अंश–अंश हैन, पूर्ण–उसै क्षण तिम्रो लागि विश्व समाप्त भयो । तिम्रा

लागि फेरि कुनै संसार रहँदैन। तिमी परमात्मा भयौ। तिमी भैरव भयौ। तिमी मुक्त हौ। फेरि तिम्रो न कुनै बन्धन छ, न कुनै शरीर छ, न त कुनै संसार छ।

पूर्ण शक्तिको प्रयोग, स्मरण राख। यो समाधि साधना शिविरमा तिमीले पूरै शक्ति लगायौ–यसरी नै सतह–सतहमा ध्यान दिएनौ, पूरा शक्ति लगायौ–भने त्यस अवस्थामा तिमी अनुभव गर्नेछौ, जुन क्षण शक्ति पूरापूर लाग्न पुग्छ, त्यसै क्षण, फेरि क्षणभर पनि समय लाग्ने छैन, अचानक संसार बिलाएर जान्छ, परमात्मा अगाडि नै प्रकट हुन्छन्। तिम्रो शक्ति पूरा लाग्न जानुले नै तिम्रो जीवनमा क्रान्ति ल्याइदिन्छ। फेरि त संसारतिर पिठ, परमात्मातिर मुख भइहाल्छ। यसको तिमीलाई एक झल्को मात्रै मिल्न पुगेमा फेरि तिमी उही रहँदैनौ जुन तिमी त्यसअघि थियौ। त्यसको एक झल्को नै पर्याप्त हुन्छ। फेरि त तिम्रो जीवन उही यात्रामा संलग्न भइहाल्छ।

तब ध्यानमा राख, यहाँ आफूलाई पूरा डुबाऊ, तब केही हुन सक्छ। तिमीले थोरै पनि आफूलाई बचाउन खोज्यौ भने तिम्रो श्रम व्यर्थ हुन्छ। जबसम्म श्रम उद्योग बन्दैन– पूर्ण टोटल इफोर्ट बन्दैन– तबसम्म भैरवको उपलब्धि हुँदैन।

दोस्रो प्रवचन

जीवन–जागृतिको साधना–सूत्र

जाग्रतस्वप्नसुषुप्तभेदे	*जाग्रत,स्वप्न र सुषुप्ति–*
तुर्याभोग संवित ।	*यी तीनै अवस्थाहरूलाई फरक ढङ्बाट बुझ्दा*
ज्ञानं जाग्रत ।	*तुर्यावस्थाको ज्ञान पनि हुन्छ ।*
स्वप्नोविकल्पाः ।	*ज्ञानको बोध भइरहनु नै जाग्रत अवस्था हो ।*
अविवेको मायासौषुप्तम् ।	*विकल्प नै स्वप्न हो ।*
त्रितयभोक्ता वीरेशः ।	*अविवेक अर्थात् स्वबोधको अभाव मायामय सुषुप्ति हो ।*
	तीनैवटाको भोक्तालाई वीरेश भनिन्छ ।

जाग्रत, स्वप्न र सुषुप्ति–यी तीनैवटा अवस्थाहरूलाई फरक ढङ्गबाट बुझ्दा तुर्यावस्थाको पनि ज्ञान हुन्छ ।

तुर्या हो चौथो अवस्था । तुर्यावस्था को अर्थ हो परम ज्ञान । तुर्यावस्था को अर्थ हो, कुनै प्रकारको अन्धकार भित्र नरहेको, सबै ज्योतिर्मय भएर उठेको; हृदयको कुनाकाप्चा पनि अन्धकारपूर्ण नरहेका अवस्था । केही पनि नबचोस् भित्र, जुनप्रति हामी जाग्रत भएका थिएनौं; बाहिर र भित्र, अब सबैतिर जागृतिको प्रकाश फैलियोस् ।

अहिले हामी जहाँ छौं, त्यहाँ कि त हामी जाग्रत छौं वा हामी स्वप्नमा हुन्छौ वा हामी सुषुप्तिमा हुन्छौं । चौथोको हामीलाई अत्तोपत्तो छैन । जब हामी जाग्रत भइरहन्छौ त्यसबखत बाहिरको जगत् त देखापर्छ, हामी आफू अँध्यारोमा हुन्छौं; वस्तुहरू त देखा पर्छन, तर स्वयम्को चाहिँ कुनै बोध हुँदैन; संसार त देखापर्छ, तर आत्माको भने कुनै प्रतीति छ भन्ने भाव नै हुँदैन । यो आधा जाग्रत अवस्था हो जसलाई हामी जागरण भन्छौं बिहान निद्राबाट उठेर । यो अधुरो जागरण हो । अधुरो पनि कुनै हिम्मत नभएको; किनभने व्यर्थ त

देखापर्छ तर सार्थक देखापर्दैन । सडे–गलेका त देखापर्छन्, हीरा अँध्यारोमा हराएर जान्छ । हामी आफू देखापर्दैनौं, अरू सारा संसार देखापर्छ ।

दोस्रो अवस्था हो स्वप्नको । हामी आफू देखापर्दैनौं स्वप्नमा, बाहिरको संसार पनि हराएर जान्छ । केवल संसारमा बनेका प्रतिविम्बहरू मनमा आउँछन् । तिनै प्रतिविम्बलाई हामीले चिन्छौं, बुझ्छौं र हेर्छौं–जसरी कसैले ऐनामा हेरेझैं, चन्द्रमालाई वा तलाउमा कसैले हेरेझैं, आकाशका ताराहरूलाई हेरेझैं । बिहान व्युँझिएर हामीले चीजबीजलाई सीधै हेरिरहेझैं; सपनामा हामी वस्तुहरूका प्रतिविम्बलाई देख्छौं, खास वस्तु पनि देखापर्दैन ।

तेस्रो अवस्था हो–जोसँग हामी परिचित छौं–बाहिरको जगत् पनि हराएर जान्छ; जगत् पनि अँध्यारोमा पर्न पुग्छ; र प्रतिविम्ब पनि देखा पर्दैन,स्वप्न पनि हराएर जान्छ; त्यसबेला हामी निस्पट्ट अन्धकारमा पुग्छौं, त्यसैलाई हामी सुषुप्ति भन्छौं । सुषुप्तिमा न बाहिरको ज्ञान हुन्छ, न भित्रकै । जाग्रतमा बाहिरको ज्ञान रहन्छ । स्वप्न जाग्रत र सुषुप्तिबीचको एक कडी हो, जहाँ बाहिरको ज्ञान त हुँदैन, तर बाहिरका वस्तुहरूबाट बनेको प्रतिविम्ब हाम्रो मस्तिष्कमा तैरिन्छ र त्यसैको ज्ञान भइरहन्छ ।

चौथो अवस्था हो तुर्या, यही सिद्ध अवस्था हो । सारा चेष्टा र प्रयास यसैलाई पाउनका लागि हो । सबै ध्यान, सबै योग तुर्यावस्था पाउने उपायहरू हुन् । तुर्यावस्था को अर्थ होः भित्र र बाहिर दुवैको ज्ञान; अध्यारो कतैपनि छैन– न बाहिर न भित्र; पूर्ण जाग्रत । यसैलाई हामीले बुद्धत्व भन्छौं, महावीरले निजत्व भनेका छन्; न बाहिर अन्धकार छ, न भित्र सबैतिर प्रकाश भएको छ; वस्तुलाई पनि हामीले जाने बुझेका हुन्छौं, स्वयम् आफूलाई पनि हामीले जाने बुझेका हुन्छौं । यस्तो चौथो अवस्था कसरी पाउने, यसको नै यी सूत्र हुन् ।

पहिलो सूत्र होः *जाग्रत, स्वप्न र सुषुप्ति–यी तीनै अवस्थालाई फरक ढङ्गमा जान्यो भने तुर्यावस्थाको पनि ज्ञान हुन्छ ।*

हामीले जानेका त हुन्छौं, तर फरक रूपबाट जाने बुझेका हुँदैनौं । जब हामी स्वप्नमा हुन्छौं, मैले सपना देखिरहेको छु भन्ने थाहा हुँदैन । त्यसैले त हामी सपनासँगै एक भइरहन्छौं । बिहान व्युँझिएपछि थाहा लाग्छ रातमा सपना देखिएछ । अब त त्यो अवस्था

हराइसक्यो । जब अवस्था आउँछ, त्यसबेला हामी फरक रूपबाट भिन्न भएर जान्न सक्दैनौं अनि तादात्म्य म त्यही हुँ भन्ने भइहाल्छ । स्वप्नमा हामी सपना नै भयौं । बिहान ब्युँझिएपछि लाग्छ अहिले हामी स्वप्न होइनौं । तर अब हाम्रो तादात्म्य (मेल) जाग्रतसँग हुन्छ । हामी भन्छौ, म ब्युँझिएँ । तिमीले कहिल्यै सोचेका छौ, अर्को रातमा तिमी फेरि सुतौला र यो तादात्म्य पनि भुलेर गइहालौला ! फेरि सपना आउला र तिमी सपनासँगै सपना भइदिन्छौ ! जे तिम्रो आँखासामू आइदिन्छ, तिमी त्यसैसँग एक भइदिन्छौ यथार्थ तिमी सबैबाट पृथक हौ ।

यो भनेको यस्तो हो जब वर्षा आयो तिमीले आफूलाई भन्नथाल्यौ म वर्षा भएँ; फेरि गर्मी लाग्यो र तिमी सम्झन्छौ म वर्षा भएँ; र फेरि जाडो लाग्यो र तिमीले सम्झियौ म जाडो भएँ । तर यी तीनवटै मौसम तिम्रै आस–पास छन्; तिमी यी तीनवटै भन्दा छुट्टै हौ । बचपन थियो त्यसबखत तिमीले आफूलाई बच्चो नै सम्झियौ । तन्नेरी भएपछि तिमीले भन्यौ म तन्नेरी हुँ । बूढो भएपछि तिमी सम्झिने भन्यौ म बूढो हुँ । तर तिमी ती तीनवटै अवस्थाभन्दा पर छौ । तिमी फरक (पर) थिएनौ भने बच्चो तन्नेरी हुन्थ्यो कसरी ? तिमीभित्र केही छ जसले बचपन छोड्न सक्यो र तन्नेरी भयो । त्यो केही वस्तु बचपन र तन्नेरी दुईवटैबाट अलग छ ।

सपनामा तिमी हराउँछौ । ब्युँझिएपछि फेरि तिमीलाई लाग्छ सपना झूटो थियो । तिमीभित्र कुनै चेतनाको तत्व छ जसले यात्रा गर्छ । स्वप्न, सुषुप्ति, जागृति तिम्रा यात्राका विश्रामस्थली हुन्, तिमी होइनौ । जब तिमीले यो कुराको मर्म बुझौला- तिमी पृथक हौ, अलग हौ- यसलगत्तै चौथोको जन्म शुरू हुनेछ । त्यही पृथकता नै चौथो हो ।

महावीरले यससम्बन्धमा ज्यादै मूल्यवान् शव्द प्रयोग गरेका छन् । महावीर भन्छन् भेद-विज्ञान । उनी भन्छन्, सम्पूर्ण विज्ञानको उद्देश्य अध्यात्मको भेद खुलस्त गर्नुमा छ । शिव-सूत्रको अर्थ हो– तिमीलाई तीनवटै अवस्थाहरू अलग-अलग हुन् भनेर जानकारी होस् । यी तीनै अवस्थाहरूलाई तिमीले अलग-अलग रूपमा जानेपछि, तिमीले म तीनवटैबाट अलग हुँ भनेर थाहा पाउँछौ, अर्थात् तिमीले भेदको कला बुझ्यौ ।

अहिले हाम्रो मनोदशा यस्तो छ- जो हाम्रो गाडि पर्छ, हामी त्यसैसँग एकाकार भइदिन्छौं । कसैले तिमीलाई गाली गऱ्यो, रिसायो; त्यस क्षणमा तिमी क्रोधसँग एक भइदिन्छौ । तिमीले यो बुझ्न सक्दैनौ, एक क्षणअधिसम्म क्रोध थिएन, तर पनि तिमी थियौ । छिनभरपछि फेरि क्रोध जान्छ, त्यसपछि पनि तिमी रहिरन्छौ । तिमीले बुझ, क्रोध बीचमा आएको धूवाँ हो । त्यसले तिमीलाई जतिसुकै घेरेको होस्, त्यो तिम्रो स्वभाव होइन । चिन्ता आउँछ, चिन्ताको बादलले तिमीलाई घेर्छ; सूर्य छोपिन्छ । म पृथक हुँ भन्ने कुरा तिमीले बिर्सन्छौ । सुख आउँदा तिमी नाच्न थाल्छौ । दुःख आउँदा तिमी रून थाल्छौ । जे घटित हुन्छ, तिमी त्यसैको साथमा एक भइदिन्छौ । तिमीलाई आफ्नो पृथकताको पटक्कै बोध छैन ।

यसलाई बिस्तारै-बिस्तारै अलग गर्न सिक्नुपर्छ । हरेक स्थितिमा अलग गर्न सिक्नुपर्छ । भोजन गरिरहँदा बुझ्नुपर्छ, जसले भोजन गर्दैछ, त्यो शरीर हो । भोक लाग्यो । जसलाई भोक लागेको छ, त्यो शरीर हो । म केवल यो अवस्थालाई जान्नेवाला हुँ । चेतनालाई भोक लाग्न सक्दैन । गर्मी लाग्यो । पसिना बग्यो भने जान्नु त्यो प्रतिक्रिया शरीरमा घटित भइरहेको छ । यसको यो अर्थ हैन, तिमी गर्मीमा बसिराख र पसिना बग्न देऊ । पछि हट्नु, शीतलको सुविधा बनाउनु; यी शरीरका लागि सुविधा हुन्, तिमी केवल जान्नेवाला हौ ।

बिस्तारै-बिस्तारै प्रत्येक घटना जसले तिमीलाई घेर्छ, तीबाट आफूलाई अलग गर्दै जाऊ । कठिन हुन्छ पृथक गर्न; किनभने अति सूक्ष्म अन्तर मात्र छ, सीमा-रेखा स्पष्ट छैन; किनभने अनन्त जन्मदेखि तिमीले एकाकार हुन मात्र सिकेका छौ, छुट्टिन सिकेका छैनौ । तिमीले सधैं आफूलाई जोड्न सिकेका छौ स्थितिहरूसँग; तिमीले छुट्टिने कुरालाई बिर्सिक्यौ । यसैको नाम बेहोशी हो– तिमीले जोड्न मात्र सिकेका छौ यही नै बेहोशीको अवस्था हो ।

एक बिहान मुल्ला नसरूद्दीन अस्पतालमा आफ्नो साथीसँग भेट्न गए । साथीले आँखा खोले र भने- नसरूद्दीन, के भयो ? मलाई त केही पनि याद छैन । नसरूद्दीनले भने, रातमा तिमीले बढी पियौ र तिमी झ्यालमा चढ्यौ । तिमीले म उड्न सक्छु भन्यौ । र तिमी उड्यौ । तिमी घरको तीन तलामाथि थियौ । सबै हाडखोर भाँच्चिन पुग्यो ।

साथीले उठ्ने कोसिस गर्दै भने, नसरूद्दीन, तिमी त्यही थियौ ? तिमीले यस्तो हुन दियौ? तिमी कस्तोखाले साथी हौ ?

नसिरूद्दीनले भने, अब यो कुरालाई नकोट्याऊ। त्यसबेला त मलाई पनि लागेको थियो तिमी उड्न सक्छौ। यही मात्रै हैन, मेरो पाइजामाको इँजार खुकुलो नभएको भए म पनि अहिले तिमीसँगै हुने थिएँ। उड्ने बेलामा आफ्नो खुकुलो पाइजामा समात्नुपर्ने भयो, त्यसैले म रोकिएँ र बचें। तिमीले पिएका थियौ, मैले पनि पिएको थिएँ।

बेहोशीको अर्थ होः जस्तो अवस्था आयो, त्यसैसँगै एक भइदिनु। रक्स्याहालाई धुन चढ्यो कि उड्न सक्ने वा नसक्ने त्यसमा भेद गर्न सक्दैन। सोच्नका लागि ठाउँ नै छैन। विवेकका लागि सुविधा छैन। त्यसैसँग एक भइदिन्छ।

तिम्रो जीवन पनि त्यही रक्स्याहाको जस्तै छ। तिमी झ्यालबाट नउडेका भए अहिले अस्पतालमा हुँदैनथ्यौ र हाडहरू भाँच्चिएका हुने थिएनन्; तर गहिरिएर विचार गरिहेऱ्यौ भने तिमी अस्पतालमै छौ र तिम्रा सबै हाडहरू भाँच्चिएका छन्। किनभने तिम्रा पूरै जीवन एक रोग हो। र त्यस रोगमा सिवाय दुःख र पीडा अरू केही चीज पाइँदैन। सबै ठाउँमा तिमी खस्किएका छौ। सबै ठाउँमा तिमीले आफूलाई बिगारेर बेकामी बनाएका छौ। यो बिगार्नुको पछाडि केवल मूर्च्छाको सूत्र छ– जे घटित हुन्छ, तिमी त्यसबाट टाढिन सक्दैनौ।

एक-एक कदम, लामो यात्रा हो; किनभने हजारौंलाखौं जन्महरूमा जे हामीले बनाएका छौ, त्यसलाई मेटाउन सजिलो छैन। तर अलग्गिनुपर्ने भएरै जान्छ; किनभने त्यही सत्य हो। तिमीले जे जे निर्मित गरेका थियौ, त्यो असत्य हो। त्यसैले हिन्दुहरू यसलाई माया भन्छन्। मायाको अर्थ होः तिमी जुन संसारमा रहन्छौ, त्यो झूटो छ। यसको यो अर्थ हैन, बाहिर जुन वृक्ष छ, त्यो झूटो हो; पर्वत छ, त्यो झूटो हो; आकाशमा चन्द्रमा-तारा छन्, ती झुटा हुन्। यसको यति नै अर्थ होः तिम्रो जुन सम्बन्ध छ, त्यो झूटो हो। दुनियाँमा त्यही सम्बन्धसँग तिमी बाँचेका हुन्छौ। त्यही तिम्रो संसार हो।

त्यो सम्बन्ध कसरी अलग्गियोस् ? त्यस स्थितिबाट पहिले त व्युँझन शुरू गर; किनभने त्यही झिनो किरण जागरणको हो। स्वप्नबाट तिमीले कसरी शुरू गरौला। गाह्रो होला। सुषुप्तिबारे

तिमीलाई कुनै पत्तो छैन । त्यहाँ सम्पूर्ण होश हराएरै जान्छ । जागृतिबाट शुरू गर । साधना शुरू हुन्छ जागृतिबाट । त्यो पहिलो कदम हो । फेरि दोस्रो कदम हो स्वप्न । र तेस्रो कदम हो सुषुप्ति । जुन दिन तिमीले तीनवटै कदम पूरा गरेका हुन्छौ, अनि चौथो कदमको उठान हुन्छ । त्यो चौथो कदम हो तुर्यावस्था– त्यही सिद्धावस्था हो ।

जागृतिबाट शुरू गर; किनभने त्यही मार्ग हो । यसैले त्यसलाई जाग्रत भनिएको हो; त्यो जाग्रत हुन पनि होइन । किनभने कसरी जागृति भयो जब तिमी वस्तुहरूमा हराएका छौ र आफूप्रति तिमीलाई कुनै पनि होश छैन ? यसलाई के जागरण भन्ने ? नाम मात्रको जागरण हो । तर यसैलाई जाग्रत भनिएको छ । ठीक जाग्रत त हामीले बुद्ध पुरुषहरूलाई भनेका छौं । तर यो पनि जागरण हो यस अर्थमा कि यसमा झिनो भए पनि सम्भावना छ ।

पहिले तिमी जागरणबाट शुरू गर । भोक लाग्यो, शरीरलाई भोजन देऊ; यो स्मरणलाई जगाएर राख, भोक शरीरलाई लाग्ने हो, मलाई होइन । गोडामा चोट लागेमा मलहमपट्टी गर्नु, अस्पताल जानु, ओखती खानु; तर भित्रपट्टि एक जागरणलाई जगाएर राख, चोट शरीरलाई लागेको हो, मलाई होइन । यति कुरा स्मरणमा राख्यौ भने पनि तिमीले उनान्सय प्रतिशत पीडा हराएर गएको थाहा पाउँछौ । उनान्सय प्रतिशत पीडा यति मात्रैलाई होशमा राखेबाटै हराएर जान्छ -जुन चोट लागेको छ, त्यो मलाई लागेको होइन । यति बोधले पनि त्यतिखेरै तिम्रो दुःखलाई विसर्जित गरिदिन्छ । पूरा होइन, एक प्रतिशत पीडा बाँकी रहन्छ; किनभने यो बोध पूरा छैन । जुन दिन बोध पूरा होला, त्यसदिन सम्पूर्ण दुःख बिसर्जित हुन्छ ।

बुद्धले भनेका छन्, जाग्रत पुरुषको दुःख निरोध हुन्छ । तिमी त्यस्तालाई दुःख दिन सक्दैनौ । तिमीले उसका हातगोडा काट्न सक्छौ; तिमी उसको हत्या गर्न सक्छौ; तिमी उसलाई आगोमा डढाउन सक्छौ; तर दुःख दिन सक्दैनौ । किनभने जे घटित भइरहेको छ, त्यो त्यसबाट अगल हुन्छ ।

त्यसैले ब्युँझनुबाट शुरू गर । मार्गमा हिंड अवश्य; तर ध्यान राख तिमी हिंडिरहेका छैनौ, शरीर मात्रै हिंडेको छ । तिमी कहिल्यै हिंडेका थिएनौ । तिमी हिंड्छौ कसरी ? आत्माको कुनै खुट्टा छ हिड्न ? आत्माको पेट छ र त्यसलाई भोक लागोस् ?

आत्माको कुनै पनि वासना हुँदैन । सबै वासना शरीरको हो । आत्मा त वासनारहीत छ; त्यसैले न हिंड्छ, न हिंड्न सक्छ । तिम्रो शरीर मात्रै हिँडिरहेको छ । त्यसैले जबसम्म होश रहिरहन्छ, सम्हालिने कोसिस गर । बिस्तारै-बिस्तारै अनौठो र अद्‌भुत आनन्दको अनुभव हुनेछ । मार्गमा हिँड्दाहिँड्दै तिमीले अचानक कुनै दिन यस्तो अवस्था पाउनेछौ- तिमी बाँडिएका छौ दुईटा हिस्सामा–एउटा हिँडिरहेको छ र अर्को चुपचाप छ; एउटाले भोजन गर्दैछ र अर्कोले भोजन गरेको छैन ।

उपनिषद् भन्छन्, एकै वृक्षमा बसेका छन् दुई पक्षी । माथि बसेको पक्षी शान्त छ–न हिँड्छ, न डुल्छ; न रून्छ, न हाँस्छ; न आउँछ, न जान्छ; केवल बसेको छ शान्तसँग । तलतिरको पक्षी अशान्त छ; यो हाँगाबाट त्यो हाँगामा उफ्रिरहन्छ, यो फल समात्छ, त्यो फल समात्छ । ठूला सपनाहरू देख्छ । त्यसलाई पूरा गर्न दौड–धूप गरिरहन्छ ।

ती दुवै पक्षी तिमीभित्रै छन् । त्यो वृक्ष तिमी स्वयं हौ । तिमीभित्र पक्षी छ, जसले कहिल्यै हिँड–डुल गरेन, केवल बसेर हेरिरहन्छ । त्यो पक्षीलाई हामीले साक्षी भनेका छौं ।

जिससले भनेका छन्, एउटै बिछ्यौनामा तिमीहरू सुत्छौ; त्यसमध्ये एक मृत छ र अर्को सधैं जीवित छ । पहिलो शुरुदेखि नै मृत छ र अर्को सधैं जीवित रहिरहन्छ ।

त्यो बिछ्यौनामा तिमी नै हौ । रातमा तिमी बिछ्यौनामा सुत्छौ । त्यसमध्ये एउटा मूर्दा छ र अर्को शाश्वत चैतन्य छ । फरक थाहा पाउँन, अन्तर छुट्याउन कठिन श्रम, उद्यमको आवश्यकता हुन्छ ।

पहिले तिमी दिनमा कोसिस गर बिहान उठेपछि । जब पहिलो किरण आउँछ होशको, त्यसैबेलादेखि तिमी अवलम्बनको कोसिस गर । हजारौं पटक प्रयास गर्‍यौ भने, कहीं कतै एक प्रयास सफल भइदेला । एउटै मात्र पनि सफल भयो भने तिमीले यसका लागि हजारौं वर्ष लगाएर मेहनत गर्नु परे पनि महँगो हुँदैन भनेर बुझ्नेछौ । किनभने एकछिन भए पनि जुन चलिरहेकोछ, त्यो तिमी होइनौ; जुन स्थिर छ, त्यही तिमी हौ; जो वासनाले भरीएको छ, त्यो तिमी होइनौ; जो सधैं वासनारहित छ, उहीं तिमी हौ भन्ने तिमीलाई थाहा होस् । एकछिन भए पनि यो थाहा पाएपछि तिमी महावीर वा बुद्ध बन्छौ, वा शिवत्व पाउँछौ । तिमीले महासम्पदाको द्वार खुलायौ ।

त्यसपछि यात्रा सरल भइहाल्छ । स्वाद पाएपछिको यात्रा सहज हुन्छ । स्वाद पाउनुअघि कठिनाइहरू आइरहन्छन् ।

दिनबाट शूरू गर्नू; र तिमीले दिनबाट शुरू गर्‍यौ भने तिमी बिस्तारै-बिस्तारै सफल हुनेछौ स्वप्नमा पनि । यो शताब्दीकै अति ठूला महागुरू गुरजिएफ आफ्ना साधकहरूलाई पहिले दिनमा होश राख्न सिकाउँथे । फेरि सपनामा होश राख्न सिकाउँथे । त्यही स्थितिमा उनको प्रक्रिया हुन्थ्यो- तिमी सुत्न लाग्यौ, तब एउटै कुराको स्मरण गर, यो सपना हो । अहिले सपना शुरू भएकै छैन । तिमी अहिले जागेका छौ, तत्काल तिमी यो सूत्र आफूभित्र दोहर्‍याउन लाग- मैले जे देखिरहेको छु, सपना हो । कोठाको चारैतिर । कोठाको चारैतिर हेर र यो भाव मनमा गहिर्‍याऊ- जे मैले देखिरहेको छु, यो सपना हो । बिछ्यौनालाई छोऊ र यो भावलाई गहिर्‍याऊ- जे मैले छोइरहेको छु, सपना हो । आफ्नो हातलाई स्पर्श गर र अनुभव गर- जे मैले छोइरहेको छु, सपना हो । यस्तो भाव राख्दै तिमी सुत । यो भावको अविच्छिन्न प्रवाह तिमीभित्र बगिरहनेछ ।

केही दिनभित्रै तिमीले आफ्नो सपनामा यो सपना हो भनेर थाहा पाउँनेछौ । जब यो याद आउँछ, सपना तत्काल खण्डित हुन्छ । किनभने सपना लगातार आइरहँन मूर्च्छाको अवस्था आवश्यक हुन्छ; विनामूर्च्छा सपना आउँदैन । बीच सपनामै तिमीलाई याद भइहाल्छ यो सपना हो र सपना खण्डित हुन्छ । अनि तिमी असीम आनन्दले भरिपूर्ण हुन्छौ, त्यस्तो आनन्द त तिमीले कहिल्यै थाहै पाएका पनि थिएनौ । निद्रा हराउँछ, सपना तितरबितर हुन्छ र एक प्रकारको गाढा प्रकाशले तिमीलाई घेर्छ ।

ज्ञानी पुरूषको सपना स्वतः लुप्त भएर जान्छ; किनभने निद्रामा पनि उनीहरू यो सपना हो भनेर स्मरण गर्न सक्छन् ।

भारतमा यसको अनौठो प्रयोग गरिएको छ । शङ्कर वेदान्तमा जगत्बारे जुन धारण छ, त्यो यसैको एउटा प्रयोग हो । जे भइरहेको छ, सबै सपना हुन् भन्ने कुरा संन्यासीले चौबीसै घण्टा स्मरण राख्नुपर्छ । जागा भइरहँदा, बाटो कटिरहँदा, बजारमा बसिरहँदा पनि स्मरण राख्नुपर्छ- जे छन्, सबै सपना हुन् । किन ? यो एक प्रयोग हो, एक प्रक्रिया हो, एक विधि हो । तिमीले आठ घण्टा जे भइरहेका छन्, यी सपना हुन् भन्ने स्मरण राख्यौ भने, तिम्रो यो

स्मरण यति गहिरो हुँदै जान्छ, रातमा सपनामा प्रवेश गर्दा पनि यो सपना हो भनेर याद राख्न सक्छौ ।

अहिले तिमी याद गर्न सक्दैनौ । यो कुरा ठीकसँग बुझ्यौ भने अहिले पनि तिमी उल्टो अर्थमा यही संम्झिरहेका हुनेछौ । जति घण्टा तिमी जागा रहन्छौ, त्यो अवधिमा तिमीले जे देख्दैछु भनी सोच्छौ त्यसैलाई सत्य हो भनेर मानिरहेका हुन्छौ । यही विश्वास गहिरो भएर जान्छ ।

सपनाभन्दा झूटो अरू के हुन्छ ? तिमीले हरेक बिहान ब्युझिएपछि सपना झूटो हो, व्यर्थ हो भनेका छौ । तर फेरि तिमी सुत्छौ र फेरि त्यही भुल गर्छौ । यस्तो गल्ती बारम्बार किन भइरहन्छ ? यो गल्तीको पछाडि कुनै निकै रहस्यमय कारण हुनुपर्छ । कारण के हो भने, तिमी जाग्रतअवस्थामा जे देख्छौ, त्यसलाई सत्य सम्झन्छौ । जाग्रतमा देखेका सबैलाई सत्य मान्छौ भने रातमा देखिने सपनालाई तिमी असत्य कसरी मानौला ? त्यसलाई पनि तिमी सत्य नै मान्छौ ।

यसको उल्टो प्रयोग मायाको हो । तिमीले जे देख्छौ त्यसलाई दिनभर स्मरणमा राख्छौ र भन्छौ, यो असत्य हो । यो सत्यलाई बारम्बार बिर्सन्छौ र फेरि झट्ट याद गर्छौं; स्मरणमा ल्याउँछौ र भन्छौ, यो असत्य हो । यो सबै जे मैले देखिरहेको छु चारैतिर, एउटा ठूलो नाटक हो र म दर्शकभन्दा अरू केही होइन । म भोक्ता हैन, कर्ता हैन; केवल साक्षी हुँ ।

यो भावलाई तिमीले निरन्तर सम्झिरहन्छौ भने यो भित्रभित्रै प्रवाह बन्न पुग्छ । तब रातको सपना खण्डित हुन्छ । यसरी जसको सपना खण्डित हुन्छ, उसले ठूलो उपलब्धि पायो । सपना खण्डित हुन थालेपछि, तेस्रो चरण आरम्भ हुन्छ । सपना खण्डित बन्न थालेपछि, सुषुप्तिमा होश राख्नुपर्ने चरण आरम्भ हुन्छ । तर तिमीलाई अहिले निकै कठिनाइ होला । सीधै त्यो प्रयोगलाई गर्न सम्भव हुँदैन; एक–एक गरी कदम चाल्नुपर्छ ।

सपना खण्डित भएपछि दृश्य कुनै पनि बाँकी रहँदैन । दिउँसो तिमी आँखा खुला राखेर हिंड्छौ । तिमीले देखिएका सबै माया हुन् भनेर माने पनि दृश्य त रहिरहन्छन् । तिमीले जतिसुकै भन, शङ्करले पनि जतिसुकै भनून् माया हो भनेर, तिमी बाहिर भित्तोबाट निस्कदैनौ, निस्कन त ढोकाबाटै पर्छ; जतिसुकै भन सबै माया हुन्,

ढुङ्गामाटो त खाइदैन, खाने त भोजन नै हो; जतिसुकै भन माया हो, फेरि पनि तिमीले म भनेर बोल्छौ, तिमी छैनौ भने बोल्न सक्दैन थियौ नि ।

त्यसैले बाहिरको जगत्बारे तिमी जस्तोसुकै मान्यता बनाऊ र भन यो माया हो, तर बाहिरको जगत् त जस्ताको तस्तै रहिरहन्छ, मेटिँदैन । कसैले ढुङ्गाले हिर्कायो भने टाउको फुट्छ, रगत बग्छ । तिमीले म दुःखी हुन्न, म पीडा लिन्न, यी सबै माया हुन् भनौला; तिमीले आफूलाई टाढै राखौला । तर फेरि पनि घटना त घटिहाल्छ, टाउको त फुटिहाल्छ, रगत त बग्छ । तर यसको विपरीत सपनामा भने अनौठो कुरा हुन्छ–त्यहाँ एक अनौठो प्रयोग भइदिन्छ । सपनामा तिमीले यो माया हो भनेर स्मरण गर्‍यौ भने सपना बिलाएर जान्छ, दृश्य हराएर जान्छ । दृश्य विलीन भएपछि, त्यस समयमा द्रष्टाप्रति आँखा जान सक्छ । जबसम्म दृश्य त्यहीँ रहन्छ, तिमी बाहिरैपट्टि हेरिरहेका हुन्छौ; किनभने तिमीलाई दृश्यले आकर्षित गरिरहन्छ । जब दृश्य हराउँछ, पर्दा खाली हुन्छ, फेरि पर्दा पनि रहँदैन, त्यसबखत तिमी एक्लै छोडिएका हुन्छौ । त्यसैले ध्यानी आँखा चिम्लिएर ध्यान गर्छन्; किनभने यो संसारलाई माया भन्नु एक विधि हो ।

यो संसार वास्तविक हो । यो तिम्रो सोचाइमा निर्भर छैन । यो स्वप्नै हो भने पनि ब्रह्मको स्वप्न हो; यो तिम्रो स्वप्न होइन । तिम्रा निजी सपनाहरू छन्; ती रातमा घटित हुन्छन् ।

यसैले ठूलो क्रान्तिकारी घटना घटित हुन्छ, जब तिमीले निजी स्वप्नलाई नष्ट गरिदिन्छौ । आकाश खाली हुन पुग्छ । त्यहाँ हेर्नलाई कुनै चीज रहँदैन । नाटक समाप्त भयो । घर जाने समय आयो । अब तिमी गर्छौ पनि के बसी–बसी ! यस घडीमा अचानक आँखाहरू मोडिन्छन्; किनभने बाहिर केही पनि खोज्नुपर्ने चीज रहँदैन, हेर्नलाई केही रहँदैन । कुनै दृश्य बच्दैन । त्यसबखत जुन ऊर्जा दृश्यतिर जान्थ्यो, त्यो स्वयम्तिर मोडिन्छ ।

स्वयंतिर मोडिएको ऊर्जा नै ध्यान हो । जब यो स्वयंतिर मोडिन्छ, तब तिमी सुषुप्तिमा पनि होश राख्न सक्छौ । किनभने तिमी त छँदै छौ ! संसार हुँदैन सुषुप्तिमा, सपनामा हुँदैन सुषुप्तिमा; किनभने तिमी दुवैलाई हेर्न अड्किएका थियौ, यसैले सुषुप्तिमा बेहोशी रहन्थ्यो । अब तिम्रो अड्काइ भङ्ग भयो । अब दृश्यसँग तिम्रो कुनै सम्बन्ध रहेन । अब दृश्यविना पनि तिमी हुन सक्छौ । अब बत्ती

बल्छ; बत्तीको कुनै चिन्ता रहेन, बत्तीको प्रकाशमा कोही आएर के गर्छ भन्ने चिन्ता पनि रहेन । अब तिम्रो जीवन भित्रतिर मोडिन्छ । तिमी सुषुप्तिमा पनि जाग्रत रहने छौ ।

श्रीकृष्णले गीतामा भन्नुभएको छ- जब सबै सुत्छन्, योगीहरू जाग्छन् । जुन सबैका लागि निद्रा हो, त्यो योगीका लागि निद्रा होइन । ऊ सुषुप्तिमा पनि जागेकै हुन्छ ।

जब तिमीले तीनैवटालाई पृथक-पृथक तवरले हेर्छौ, तिमी चौथो हुन गयौ; स्वतः आफैंबाट चौथो हुन गयौ । तुर्याको अर्थ हो चौथो, दि फोर्थ । त्यस शब्दको अरू कुनै अर्थ छैन । शब्दको अर्थ लगाइराख्नुपर्ने आवश्यकता पनि छैन; चौथो भन्नु नै पर्याप्त छ । किनभने सबै अर्थ त्यसैबाट बाँधिने हुन्छ । सबै शब्द त्यसैबाट बाँधिने हुन्छन्; केवल इसारा पर्याप्त छ । किनभने त्यो अनन्त छ, र असीम पनि ।

यस्तै किसिमले तिमी ती तीनबाट बाहिरियौ, तिमी परमात्मा भयौ । यी तीनमा तिमी रहिरह्यौ, यसैले संकीर्ण बनिरह्यौ । यो यस्तो हो जस्तै कि तिमी खुल्ला आकाशबाट एक टनेलमा वा एक सुरूङमा छिर र सुरूङ साँधुरो हुँदै जाओस् । इन्द्रियहरूसम्म आउँदा–आउँदै तिमी बिलकुलै संकीर्ण भएर गयौ । पछि फर्कनु छ । जति-जति तिमी पछाडि फर्किन्छौ, तिम्रो आकाश फराकिलो हुँदै जान्छ । जुन क्षण तिमी तीनवटैबाट पार भएको आफूलाई पाउनेछौ, त्यसदिन तिमी स्वयं महाआकाश भयौ, त्यस दिन तिमी परमात्मा भयौ ।

अर्को उदाहरण, कुनै मान्छेले दूरबीनबाट आकाशलाई हेर्छ । दूरबीनको सानो प्वालमा त्यसले आफ्नो आँखा पूरै एकोहोर्‍याउँछ । फेरि दूरबीनबाट आँखा झिक्छ, त्यतिखेर उसलाई थाहा हुन्छ- म दूरबीन होइन । तिमी आँखा पनि होइनौ; तर आँखामा तिमी कैयौं जन्मदेखि टिकिरहेका छौ । तिमी कान हाइनौ; तर कानबाटै तिमीले कैयौं जन्मदेखि सुनिरहेका छौ । तिमी हात होइनौ; तर हातबाट तिमीले कैयौं जन्मदेखि छोइरहेका छौ । हो, तिमी दूरबीनमा बाँधियौ । तिम्रो हालत त्यस्तै भएको छ, जसरी कुनै वैज्ञानिक दूरवीनसँग बाँधिएको हुन्छ । अब ऊ दूरबीनलाई आँखामा टाँसेर घुमिरहेको छ । तिमी उसलाई जतिसुकै भन, दूरबीन झिकेर राख, तिमी यो होइनौ । तर ऊ दूरबीनबाट मात्रै हेर्न सक्छ, अरू त उसले

बिर्सिक्यो । यो विस्मृति हो । यसखाले विस्मृति हटाउन जागृतिबाट शुरू गर, सुषुप्तिमा पूर्ण हुन देऊ ।

जाग्रत, स्वप्न र सुषुप्ति– यी तीन अवस्थाहरूलाई पृथक रूपमा जानेपछि तुर्यावस्थाको पनि ज्ञान हुन्छ ।

यसलाई शुरू गर–र बिस्तारैबिस्तारै बढ्दै जाऊ । जुन दिन तिमीलाई गहिरो निद्रामा पनि होश रहिरहन्छ, त्यस दिन बुझ्नू तिमीमा बुद्धमा, महावीरमा, शिवमा अब कुनै अन्तर रहेन ।

तर तिमीले भने उल्टो काम गरिरहेका छौ । तिमी जागरणमै पनि ठीकसँग जागिरहेका छैनौ भने सुषुप्तिमा कसरी जागौला ? तिमी यहाँ पनि सुतेकै छौ । तिम्रो जागरण नाम मात्रैको छ । म जागै छु, किनभने कामचलाऊ काम हुन सकेका छन् भन्छौ भने तिमी भ्रममा परेका छौ । साइकल चलाएका हुन्छौ, तिमी सोच्छौ म जाग्रत छु; कार चलाएका हुन्छौ, तिमी सोच्छौ म जाग्रत छु ।

तिमीले कहिल्यै याद गरेका छौ ? यी सबै अटोम्याटिक भएको हो, यन्त्रवत भएका हुन् ! साइकल चलाउनेवालाले सोचेकै हुँदैन, अब बायाँ मोडिनु छ, अब दायाँ मोडिनु छ । ऊ आफ्नै मनको धूनमा हुन्छ । साइकल बायाँ मोडिन्छ, दायाँ मोडिन्छ; ऊ आफनै मनको धूनमा रहन्छ । साइकल बायाँ मोडिन्छ, दायाँ मोडिन्छ; ऊ आफ्नो घर पुग्छ । त्यहाँ सोच्नु वा होशपूर्वक हिँड्नुको कुनै आवश्यकता रहँदैन; सबै यन्त्रवत भएका छन्, बानी नै परिसक्यो । ऊ घर पुगिहाल्छ । कार चलाउनेवाला चलाउँदै जान्छ; कुनै आवश्यकता छैन त्यसलाई सजग भइरहन ।

हामी सबैको जिन्दगी एक रूटिन, एक बाँधिएको बनिबनाऊ रेखामा घुमिरहन्छ । जसरी कोलका गोरू हिँड्छन्, त्यस्तै हामी हिँड्छौं । त्यही-त्यही रेखामा दिनदिनै ओहोर दोहोर गरिरहन्छौं । कसैको रेखा ठूलो, कसैको सानो, कसैको सुन्दर, कसैको कुरूप हुन्छ; तर रेखामा कुनै फरक छैन । तिम्रो जिन्दगी एक कोलको गोरूभाँती छ । बिहान उठ्छौ, एक ढर्रामा दौडिरहन्छौ; रात परेपछि सुत्छौ, यसरी एक फेरो पूरा हुन्छ । फेरि बिहान उठ्छौ–फेरि त्यही, फेरि त्यही । तिमीले यस्ता क्रियाकलाप यतिपटक दोहऱ्याइसक्यौ अब होश राख्नुपर्ने आवश्यकता छैन; यो बेहोशी मै भइरहन्छ । ठीक समयमा भोक लाग्छ । समयमा निद्रा लाग्छ । बिहान उठेर तिमी बजारतिर हिँड्छौ । तिमीले पूरा जिन्दगी यसरी नै सुती–सुती एक

फेरोमा कटाइरहेका छौ । कहिले जाग्छौ, तिमी ? कहिले एक झट्का दिन्छौ आफूलाई ? कहिले यो रेखाबाट मुक्त हुन्छौ ? तिमी भनौला, म कोलको गोरू हुन राजी छैन ?

जुन दिन तिमीलाई अब त झट्का दिनुपर्छ भन्ने हेक्का आउला, त्यसै दिनदेखि परमात्मातिरको यात्रा शुरू हुन्छ । मन्दिर जाँदैमा तिमी धार्मिक बन्दैनौ; किनभने त्यो पनि तिम्रो कोलकै हिँडाइको हिस्सा हो । तिमी त्यहाँ पनि गइदिन्छौ; किनभने तिमी सधैंजसो जानेगर्छौ; किनभने तिम्रा मातापिता जानेगर्थे; उनीहरूका पनि माता-पिता जानेगर्थे यसरी मन्दिरमा । यही शास्त्रलाई तिमीले पढ्दै गरेका छौ, र तिमी पढिरहन्छौ । तर यो पनि कोलकै घेरो हो । तिमी कहिल्यै होशपूर्वक मन्दिर गएका छौ ?

होशपूर्वक तिमी जान सक्यौ भने मन्दिर जानुको आवश्यकता नै रहँदैन । जहाँ होश भइरहन्छ, तिमी त्यहीँ पाउनेछौ, मन्दिर । होश मन्दिर हो । तर ईसाई गइरहेका छन् चर्चतिर; सिख्ख गइरहेका छन् गुरूद्वारतिर; हिन्दु गइरहेका छन् मन्दिरतिर–बाँधिएका छन् आआफ्ना रेखामा । तिम्रो यो अवस्थालाई तिमीबाहेक अरू कसैले भङ्ग गर्न सक्दैन ।

यस अवस्थामा पहिलो कुरा के जान्न जरूरी छ भने तिम्रो जागृति पनि सुतेकै छ र योगीको सुषुप्ति पनि जाग्रत हुन्छ । तिमी बिल्कुलै उल्टा योगी हौ । जुन दिन तिमी यसभन्दा विपरीत बनौला, त्यसैदिन जीवनको सार–सूत्र तिम्रो हातमा पर्नेछ । तीनैवटालाई अलगअलग बुझ्यौ भने बुझ्नेवाला तीनवटैबाट अलग बन्न पुग्छ । तिमी ज्ञान हौ, यसबाहेक अरू केही पनि होइनौ । तिमी केवल होश हौ । तर तीनैवटाबाट आफूलाई छुट्टा पार ।

मैले एक सूफी फकीर जुन्नैदको बारेमा पढेको छु । कसैले उनलाई गाली गर्‍यो भने उनी भन्थे, भोलि तिमीलाई म उत्तर दिउँला । भोलिपल्ट गएर भन्थे अब उत्तरको आवश्यकता छैन । त्यो मान्छेले सोध्थ्यो, हिजो मैले गाली गरेको थिएँ; हिजै तिमीले किन उत्तर दिएनौ ? तिमी अनौठा मान्छे रहेछौ । कसैलाई गाली गरी हेर त, उसले तत्काल उत्तर दिन्छ, छिनभर रोकिँदैन । जुन्नैदले भने, मेरा गुरूले भनेका छन् हतार गर्‍यो भने मूर्च्छा हुन जान्छ । त्यसैले थोरै समय दिनू । कसैले गाली गर्‍यो र त्यसैबखत उत्तर दियौ भने उत्तर मूर्च्छामा दिइएको हुन्छ; किनभने गालीले तिमीलाई घेरेको

होला, त्यसको तापले तिमीलाई गाँजेको होला, त्यसको धूवाँ अहिले आँखामै होला । थोरैबेर बादल फाट्न देऊ । चौबीस घण्टाको समय देऊ, फेरि उत्तर दिनू ।

जुन्नैद भन्थे, मेरा गुरू छली मान्छे थिए; किनभने त्यो बेलादेखि मैले उत्तर दिन पाएकै छैन । चौबीस घण्टा कोही रोकिएर बसोस् क्रोध गर्नलाई, त तिमी सोच्नसक्छौ, क्रोध गर्न सक्ला ? चौबीस मिनेट मात्रै रोकिए क्रोध असम्भव छ । चौबीस सेकेण्ड मात्र रोकिए पनि क्रोध असम्भव हुन्छ । साँचो कुरा के हो भने एकै सेकेण्ड पनि रोकियो भने क्रोध असम्भव हुन्छ ।

तर तिमी रोकिनै सक्दैनौ । उता कसैले गाली गर्‍यो, मानौं कसैले बिजुलीको स्विच थिच्यो, यता तिम्रो पङ्खा घुम्यो । यसमा रत्तीभरको पनि अन्तर छैन । यसमा अलिकति पनि फरक छैन । तिमी सोच्छौ, म होशपूर्ण छु । तिमी मालिक पनि होइनौ आफ्नो । बेहोश मान्छे आफ्नो मालिक हुन सक्दैन । जसले पनि स्विच थिचेर तिमीलाई घुमाइदिन्छ । कोही आयो र तिम्रो चाकडी गर्‍यो, तिमी मख्ख पर्‍यौ, गदगद बन्यौ । कसैले तिम्रो अपमान गर्‍यो, तिमी दुःखी भयौ । तिमी मालिक हौ आफ्नो ? जो कोहीले तिमीलाई घुमाउँछ ? जसले तिमीलाई घुमाइरहेको छ, ऊ पनि आफ्नो मालिक होइन । तिमी गुलामको पनि गुलाम हौ । रमाइलो कुरा के छ भने सबै एकले अर्कोलाई घुमाउनमा कुशल छन्, र त्यसमध्येमा एकजना पनि होशमा छैन । जोसुकैले तिमीलाई फन्फनी घुमाउन सक्छ, योभन्दा ठूलो अरू कुनै अपमान हुन सक्दैन आत्माको ।

मुल्ला नसरूद्दीन एउटा कम्पनीमा काम गर्थे । सबै रूष्ट थिए उनको काममा; किनभने काम त केही छँदै थिएन । कि त उनी सुतिराख्थे, कि उँघिराख्थे । त्यो देखेर कम्पनीका अरू मान्छे यति हैरान भए कि बिस्तारै–बिस्तारै उनीहरूले उनलाई घोचपेच पारेर भन्नथाले । मालिकले सम्झाए, हप्काउने–दप्काउने पनि गरे; तर उनमा कुनै फरक आएन । पछि अपमान र यी सबै उपद्रोकै कारण उनले राजीनामा दिए । फेरिन त मुश्किल थियो तर राजीनामा दिन सजिलो थियो । अधिकांश मान्छे, जो संसारबाट पलायन भएर संन्यासतर्फ लाग्छन्, उनीहरूले राजीनामा दिइरहेका हुन्छन् । फेरिन त मुश्किल हुन्छ, राजिनामा दिन सधैं सजिलो हुन्छ ।

उनले राजीनामा दिए। कम्पनीका सबै प्रसन्न भए राजीनामाबाट। मान्छेहरू यति प्रसन्न भए मालिकले समेत भने, ऊ आफैं निस्किएर जाँदैछ भने, बिदाइ समारोह गर्नु उचित हुन्छ। छुटाउने कुनै उपाय थिएन। एक बोझ बनेको थियो। यसैले यथार्थमा सबै खुशी थिए, त्यसैले बिदाइ समारोह एकदमै राम्रो किसिमले आयोजना गरियो–मिठाई, खान–पिन; सबैको जोरजाम भयो। नसरूद्दीन चकित थिए। सबैले दुई शब्द उनको प्रशंसामा पनि बोले। नसरूद्दीन बसेको ठाउँबाट उठे–गद्‌गद् थिए, आँखाबाट आँसु बगिरहेको थियो। उनले भने, म आफ्नो राजीनामा फिर्ता लिन्छु। म अनभिज्ञ थिएँ तिमीहरू सबै यति प्रेम मलाई गर्दा रहेछौ। अब यस जीवनमा यहाँबाट जानुको कुनै कारण छैन। म छोडेर जान्न।

हामी संचालित भइराखेका छौं। र प्रायः यसो भइरहन्छ चारैतिर, पूरै संसार, एक–एक व्यक्तिलाई चलाइरहेको हुन्छ। मौसम चारैतिर बदलिइरहन्छ, हजारौं किसिमका मान्छे छन्, यसैले तिमीभित्र एउटा गहिरो अन्योलको स्थिति, एउटा कन्फ्यूजन छ। हुन्छ नै; किनभने तिमी एउटैबाट संचालित छैनौ। एउटैबाट संचालित उही हुन्छ जो भित्र जागेको छ। त्यस्ता मानिसको जिन्दगीमा स्पष्टता हुन्छ, बादलरहित हुन्छ, जीवनमा स्वच्छता हुन्छ, एक निर्णायक अठोट हुन्छ। त्यसको जीवनमा एउटा दिशा हुन्छ। तिम्रो जीवनमा कुनै दिशा नै छैन। तिमी त त्यस्ता हौ जसरी कुनै मान्छे भीडको धक्कामै हिंडिरहेकोहुन्छ। ऊ हिंडिरहेको पनि हुँदैन; तर भीडले यति धक्का दिइरहेको हुन्छ ऊ अडिएर उभिन पनि सक्दैन। कसैले बायाँतिर धक्का दिन्छ भने ऊ बायाँतिरै जान्छ; कसैले दायाँतिर धक्का दिन्छ भने ऊ दायाँतिरै गइरहन्छ। तिम्रो पूरै जिन्दगी भीडमै चलिरहेको छ। तिमी ध्यानपूर्वक हेर, बुझिहाल्छौ। कसैले केही भन्यो, तिमी त्यही गरिदिन्छौ। फेरि तिमीभित्र कैयौं विरोधाभास भइरहन्छन्।

एकजना मेरा परिचितलाई चोट लागेको थियो, चोट मामुली थियो, रिक्सा पल्टिएको थियो। अस्पतालबाट पनि फर्किसकेका थिए। छ महिना बितिसकेको थियो। स्वस्थ–तन्दुरूस्त पनि भए। तर फेरि पनि उनले आफ्नो बैसाखी छोडेनन्। त्यस स्थितिमा मैले उनीसँग सोधें, अब यो बैसाखी कहिले छोड्छौ ? उनी भन्थे, छोड्न

त म पनि चाहन्छु । डाक्टर भन्छन्, बोक्नु बेकार छ । तर मेरा वकिल भन्छन्, अहिले पख, जहिलेसम्म मुद्दा किनारा लाग्दैन बोकिरहनू । कसको कुरा सुनूँ ?

वकील एकथोक भन्छ, तिम्रो डाक्टर अर्कै भन्छ; पत्नी एकथोक भन्छे, पति अर्कैथोक भन्छ, छोरो एकथोक भन्छ, पिता अर्कैथोक भन्छन् । चारैतिर तिमीलाई चलाउनेवाला मालिक छन्–करौडौं मालिक छन् र तिमी एक्लै छौ ! तिमी सबैलाई सुन्छौ । जे ओखती दिन्छन्, त्यसैलाई पत्याउँछौ । तब तिमीभित्र सबैतिर धाँजाहरू पर्छन्, खण्ड–खण्ड भइदिन्छ व्यक्तित्व । जबसम्म तिमी आफू भित्रकै सुन्दैनौ, त्यसबेलासम्म तिमी अखण्ड हुन सक्दैनौ ।

म त्यसलाई संन्यासी भन्छु, जसले भित्रको आवाज सुन्न शुरू गरेको छ, जसले भित्रको आवाजका लागि अन्य सबै कुराहरू दाउमा राख्न राजी छ ।

तिमी बेहोश रहुन्जेल भित्रको आवाज तिमीले बुझ्न सक्ने छैनौ, । तिमीले भित्रको आवाजलाई बुझ्यौ भने पनि त्यो भित्रको हुँदैन, त्यो पनि बाहिरकै आवाज हुन्छ । बेहोश मान्छेलाई भित्रको आवाजबारे के थाहा ? अन्तरात्माको थाहा कसरी हुन्छ सुतेको मान्छेलाई ? कुनचाहिँ आवाज अन्तरात्माको हो, तिमीलाई कसरी थाहा होस् ? जुनचाहिँ आवाजले तिम्रो वासनालाई तृप्त गरेजस्तो लाग्छ त्यसैलाई तिमी अन्तरात्माको आवाज भनिदिन्छौ ।

केवल जागेको मान्छेले त्यो आवाज सुन्छ । त्यो आवाज तिमीले पायौ भने त तिम्रो जीवनमा जे जति दूषित विचार छन्, जुन उपद्रोहरू छन्, जुन हजार किसिमका विक्षिप्त स्वरहरू छन् समाप्त हुन्छ; तिमी एक भीड भएका छौ, एक व्यक्ति मात्र हैन; तिमी एक बजारजस्तै हौ, जसमा सबै कारोबार चलेका छन् । बम्बईको शेयर बजार हौ तिमी,सबै कारोबार चलेका छन् । बुझ्न कठिन भइरहेको छ । नयाँ मान्छेले केही बुझ्नै सक्तैन, तिमी के हौ । कोही के भनेर कराउँदै छन्, कोही के भन्दै कराउँदै छन् । अनेक किसिमका आवाजहरू छन् । तिम्रो आवाज बिल्कुलै हराएर गएको छ ।

तुर्यावस्थाको अर्थ हो आत्मालाई चिन्नु । यी तीनवटैबाट तिमीले आफूलाई अलग्याऊ, तब तिमीले आत्मालाई चिन्न सकौला । यसका लागि स-साना प्रयोगहरू शुरू गर । क्रोध आएमा रोकिऊ; हतार किन ! घृणा आएमा, केहीबेर पर्ख; थोरै सन्धिकाल आवश्यक हुन्छ ।

त्यसपछि उत्तर देऊ, यति बेला तिमी होशमा आइसकेका हुनेछौ। त्यसभन्दा पहिले उत्तर नदेऊ। अनि तिमीले देख्नेछौ, तिम्रो जिन्दगीबाट पाप पखालिन शुरू भइसक्यो; गलत स्वतः विसर्जित हुँदैछ। तिमीले अचानक पाउनेछौ, अब क्रोधको उत्तर दिनको आवश्यकता नै रहेन। यो पनि हुन सक्छ, जसले तिम्रो अपमान गरेको थियो, तिमी त्यसैलाई धन्यवाद दिंदैछौ; किनभने उसले पनि तिम्रो उपकारै गरेको छ, तिमीलाई जाग्रत हुने मौका दिएको छ।

कबीरले भनेका छन्: *निंदक नियरे रखिए, आंगन–कुटी छवाय।*

जसले तिम्रो निन्दा गरिरहेको छ, उसैलाई आफ्नो नजिकै इज्जतका साथ राख्ने व्यवस्था गर। उसलाई घरैमा राख; किनभने त्यसले तिमीलाई जाग्रत हुने मौका दिन्छ। जसले तिमीलाई मूर्च्छित हुने मौका दिन्छ, तिमीले चाह्यौ भने त्यही मौकालाई पनि तिमीले जागरणको सिढीं बनाउन सक्छौ। जिन्दगी सडकमा तेर्सिएको एउटा ठूलो ढुङ्गो जस्तो छ। जो बुद्धिहीन छ, ऊ ढुङ्गो देखेर फर्किएर जान्छ। ऊसले भन्छ, सडक बन्द छ। जो बुद्धिमान् छ, ढुङ्गोमा टेकेर जान्छ। ऊ त्यसलाई सिँढी बनाउँछ। यसरी सिँढी बनाउँछौ भने, अरू परको बाटो यसै पनि खुला भइहाल्छ।

साधकले स्मरण गर्नुपर्ने कुरा के छ भने जीवनको हरेक क्षण जागृतिमै उपयोग भइरहोस्। भोक होस्, क्रोध होस्, काम होस्, लोभ होस्– हरेक स्थितिल जागरणमै उपयोग भइरहोस्। यस किसिमले तिमीले एकत्र गर्नेछौ जागरण, तब तिमीभित्र इन्धन एकत्र हुनपुग्छ। त्यो इन्धनबाट निस्केको ज्वालामा तिमीले यस्तो अवस्था पाउँनेछौ- तिमी न जाग्रत हौ, न स्वप्न हौ, न सुषुप्त हौ; तिमी तीनवटैबाट पृथक हौ।

'ज्ञान कायम रहिरहनु नै जाग्रत अवस्था हो।'

बाहिरका वस्तुहरूको ज्ञान कायम रहिरहनु नै जाग्रत अवस्था हो। *'विकल्प स्वप्न हो।'*

मनमा विकल्प र कल्पनाहरूका विचारहरूको तन्तु जाल फैलिनु नै स्वप्न हो।

अविवेक अर्थात् स्व–बोधको अभाव सुषुप्ति हो।

यी तीन अवस्थाबाट हामी गुज्रिरहन्छौं। जब हामी एकबाट गुज्रिन्छौ, हामी त्यसैसँग एक बन्न पुग्छौं। जब हामी दोस्रोमा पुग्छौं, तब हामी त्यही दोस्रोसँग एक बन्न पुग्छौं। जब हामी तेस्रोमा पुग्छौं,

तेस्रोसँग हामी एक बन्न पुग्छौं । यसैले हामी तीनवटैलाई अलग–अलग रूपमा देख्न सक्दैनौं । अलग देख्नलाई केही अन्तर चाहिँन्छ, परिप्रेक्ष चाहिँन्छ । अलग देख्नलाई थोरै ठाउँ चाहिन्छ । तिमी र जसलाई तिमी देख्छौ, दुवैको बीचमा थोरै खाली ठाउँ चाहिन्छ । तिमी ऐनामा पनि एकदमै नजिक टाउको लगेर ठोक्दै उभियौ भने, त्यस अवस्थामा आफ्नो प्रतिविम्ब देख्न सक्दैनौ; थोरै दूरी चाहिँन्छ । तिमी यति निकट उभिइदिन्छौ– जागृतिको, स्वप्नको, सुषुप्तिको– तिमी बिल्कुलै एकै भइदिन्छौ । तिमी त्यसैको रङ्गमा रङ्गिन्छौ । र यो अरूको रङ्गमा रङ्गिन जाने हाम्रो बानी यति गाढा भएको छ, हामीलाई पत्तै हुँदैन र यसको शोषण भइदिन्छ ।

तिमी हिन्दु हौ र तिमीलाई भनियो- यो मस्जिद हो, यसमा आगो झोसिदेऊ ! यसो गर्नु उचित हो ? भनेर तिमी हजारपटक सोच्नेछौ, विचार गर्नेछौ । मस्जिद पनि उही परमात्माका लागि समर्पित छ । ढङ्ग होला अर्को, सिँढीको रङ्गहोला अर्को, हिँड्ने बाटोको व्यवस्था होला अर्के; तर घर उही हो भगवान्को । मानौं हिन्दुहरूको एउटा भीड मस्जिदमा आगो झोस्न जाँदैछ, तिमी पनि त्यही भीडमा छौ, त्यस अवस्थामा तिमी यसो गर्नु उचित हो ? भनेर सोच्दैनौ; किनभने तिमी भीडको रङ्गमा रङ्गिइरहेका छौ । तिमीलाई मस्जिदमा आगो झोस्न गाह्रो लाग्दैन । पछि कसैले तिमीसँग सोध्यो, यस्तो काम तिमीले कसरी गर्न सक्यौ ? तब तिमी झल्याँस्स भएर सोच्नेछौ र भन्नेछौ, मलाई पनि आश्चर्य लागेको छ यस्तो काम मैले कसरी गर्नसकें ? तिमीले यो काम एक्लै गर्न सक्ने थिएनौ । तर भीडमा तिमी हरायौ । किनभने हराउने बानी त तिमीमा छँदैछ ।

कुनै पनि मुसलमान त्यति विधि खराब हुँदैन एक्लैमा, जति भीडमा हुन्छ । कुनै हिन्दु त्यति विधि खराब हुँदैन एक्लैमा जति, भीडसँग हुँदा हुन्छ । कुनै एक्लो मान्छेले त्यति धेरै पाप गरेको हुँदैन, जति भीडमा हुँदा गरेको हुन्छ । किन ? किनभने भीडले तिमीलाई रङ्ग हालिदिन्छ । तिमी भीडको रङ्गमा एक भइदिन्छौ । भीड क्रोधले तम्तमाएको छ भने, तिमीले आफूभित्र अचानक क्रोध उम्लेको पाउँछौ । भीड रोइरहेको छ, कराइराखेको छ, चित्कार गरिरहेको छ भने तिमीले पनि रून्ने, कराउने–चित्कार गर्न लाग्छौ । भीड प्रसन्न छ भने, तिमी आफ्ना दुःख भुल्छौ र प्रसन्न हुन्छौ ।

याद गर, तिमी कसैको घर गएका छौ, त्यहाँ कोही मरेका छ, त्यहाँ आफन्तहरू रोइरहेका छन् । अचानक तिमीभित्र पनि रूवाइ सोहोरिएर आउँछ । शायद तिमी सोच्छौ होला, म निकै करूणावान् छु । शायद तिमी सोच्छौ, म निकै दया र प्रेमले ओतप्रोत भएको व्यक्ति हुँ । शायद तिमी सोच्छौ, सहानुभूतिकै कारणले यी आँसु आइरहेका छन् । यसरी सोच्छौ भने तिमी गल्तीमा छौ । तिमी घरमै छँदा त्यो मान्छे मरेको खबर सुनेका थियौ । त्यतिबेला तिमीलाई कुनै असर परेको थिएन, किनभने घरमा तिमी एक्लै थियौ । त्यसबेला तिमीले सोच्यौ होला, ठीक छ, मर्ने–बाँच्ने त भइनै रहन्छ । कारण यसो हो, मान्छे मऱ्यो, तिमीलाई यो झन्झट आइलाग्यो अब जानुपर्ला र समवेदना प्रकट गर्नु पर्ने भयो । अरू पच्चीसौं थुप्रै कामहरू थिए, अब यो एक अर्को उपद्रो बीचमा आइदियो । र यो मान्छे थियो नै त्यस्तो, असमयमा मऱ्यो । आजै मऱ्यो ! विचार रहे होलान् तिम्रा । तिमी त्यस घरमा पुग्दा त्यहाँ आफन्तहरू रोइरहेको देखौला, भीड त्यहाँ दुःखी भइराखेको देखेर, तिमीले आफूभित्र पनि करूणा भाव उठिरहेको पाउँछौ । तिम्रा यी भावहरू दुई कौडीका हुन् र खतरनाक पनि; किनभने भीडले तिमीलाई रङ्गाइरहेको छ । तिमीले आफूलाई बचाउनुपर्छ । यस्तो सहानुभूति कुनै महत्त्वको हुँदैन; भीडबाट आएको हो, तिम्रो हृदयबाट आएको होइन । तिमीले देखेका छौ होला दुःखी, बेचैन, व्याकुल मान्छे पनि होलीको उधुममा आनन्दित देखिन्छ ! उनीहरू पनि नाच्न, गाउन थाग्छन्, अबीर जात्रा गर्न थाल्छन् । जसको जिन्दगीमा अबीरको सम्भावना नै थिएन र जसको जिन्दगीमा कहिल्यै कुनै खुशी र कुनै गीत देखिएको थिएन, सडकभर रङ्ग फ्याँकिरहेका हुन्छन् । भयो के यसलाई आज ? यही मान्छे हिजो मरेजस्तै हारेको–थाकेको भएर ओहोरदोहर गर्थ्यो, त्यसका गोडा पनि घिसारिएका हुन्थे; त्यसको जिन्दगी सुषुप्त जस्तो थियो । यही मान्छे आज नाच्दैछ ! भीडले रङ हालिदियो यसलाई ।

साधकले भीडदेखि सावधान बन्नुपर्छ । तिमी आफ्नो आवाज खोज, आफ्नो स्वर खोज । भीडले तिमीलाई निरन्तर धक्का दिइरहेकोछ । भीडले तिमीलाई बेग्लै बनाइदिन्छ, त्यही तिमी भइदिन्छौ । यस्तो किन हुन्छ ? यो यसकारण हुनपुग्छ, तिमी पृथकतामा आफ्नो अनुभव गर्दैनौ र जहाँ पनि तिमीलाई आफ्नो पृथकता हराइदिन मौका मिल्छ, तिमी तत्काल हराइदिन्छौ । तिमी

दाउमा थापिएका छौ, कहीँ पनि डुब्न सक्छौ । निद्रा आयो भने निद्रामै डुब्यौ । जागृति आयो जागृतिमै डुब्यौ । स्वप्न आयो स्वप्नमै डुब्यौ । मान्छे दुःखी छन् तिमी दुःखी भयौ । मान्छे सुखी छन् तिमी सुखी बन्यौ । तिमी केवल एक डुबिहाल्ने बिन्दु हौ ? तिम्रो कुनै अस्तित्व छैन ? तिम्रो कुनै केन्द्र छैन ?

त्यो केन्द्रको नाम नै आत्मा हो । आफ्नो अस्तित्वलाई जोगाऊ । डुब्नबाट बच । यसैले सबै धर्महरू मदिराको विरोधमा छन् । मदिरामा त्यस्तो कुनै खराबी छैन । तर पनि सबै धर्म यसको विरोधमा छन् । कारण जम्माजम्मी यत्ति हो कि त्यो डुब्न मिल्ने मार्ग हो । सबै धर्महरू जगाउने पक्षमा छन् । जो मान्छेले मदिरा पिइरहेकोछ, ऊ डुबिरहेकोहुन्छ । यसले डुबाउँछ तिमीलाई, यसबाट तिमी अरू पनि धेरै मूर्च्छित हुन्छौ । तिमी यसै पनि हुनसम्म मूर्च्छित छौ, रत्तीभर पनि तिमीमा होश रहेछ भने पनि तिमी त्यसलाई पनि नष्ट गर्न तयार भइरहन्छौ ।

आश्चर्यको कुरा के छ भने होश हराउँदा तिमी प्रसन्न हुन्छौ । तिमीजस्तो मूर्ख खोज्न पनि असम्भव छ; किनभने तिमीले त्यसलाई गुमाएपछि भन्छौ, निकै आनन्द आयो । किन ? किनभने शेष रहेका थोरै होशले पनि जिन्दगीका समस्याहरू खुट्याउनमा सहयोग दिन्छ । त्यसले तिमीलाई जिन्दगीप्रति सचेत बनाउँछ र चिन्ताले भरिदिन्छ । तिमीभित्रको झिनोखाले किरण होशले तिम्रो अन्धकार प्रकट गर्छ, जुन गाढा छ । तिमी त्यही किरणलाई पनि निभाइदिन चाहन्छौ । किरणै नरहोस्– न रहन्छ किरण, न अन्धकारकै पत्तो हुन्छ । किनभने त्यस किरणको माध्यमबाट अँध्यारो थाहा हुन्छ, हटाऊ यस किरणलाई, पिऊ मदिरा, डुब कुनै भीडको उपद्रोमा, राजनीतिमा, यसमा, त्यसमा कहीँ पनि आफूलाई लगाइदेऊ, ताकि तिमी आफूलाई भुलेर बस ।

पश्चिमी मनोवैज्ञानिकहरू भन्छन्, तिमीले आफूलाई भुलाउन सक्यौ भने तिमी स्वस्थ रहन सक्नेछौ । पूर्वका धर्मगुरुहरूले भनेका छन्, तिमी आफूलाई जगाउन सक, तब तिमी स्वस्थ हुन सक्नेछौ । एक अर्कामा उल्टो भनाइ छ । तर दुवै भनाइहरू सार्थक छन् । पश्चिमी मनोवैज्ञानिकले तिमी जस्ता छौ, त्यही अवस्थालाई स्वीकार गर्छन् । तिमी जस्ता छौ, त्यस्तै तिमी रहिरहन सक, बाँच्न सक, कुनै किसिमले गुजार्न सक जिन्दगी, त्यसमा सहयोग पुऱ्याउँछ ।

उनीहरू ठीकै भन्दैछन् । उनीहरू भन्दैछन्, कुनै किसिमले आफूलाई भुलाइदेऊ । ज्यादा चैतन्य खतरनाक हुन्छ; किनभने तिमी चिन्ताले भरिनपुग्नेछौ; किनभने त्यस अवस्थामा तिमीले सारा चीज देख्दै जानेछौ । केही पनि ठीक मिलेको हुँदैन यो जिन्दगीमा; सबै गडबड छन्, सबै अस्तव्यस्त छन् । यस अवस्थामा तिमी आँखा बन्द गरेर बस, प्रसन्न रहू । के जरूरत छ यी सारा समस्यालाई हेरिराख्न !

तर पूर्वका धर्मगुरूले तिमीलाई स्वीकार गर्दैनन् । उनीहरू भन्छन्, तिमी त रूग्ण छौ । तिमी त विक्षिप्त हौ । तिमीलाई पहिले शान्तिको आवश्यकता छैन । कुनै चिन्ता छैन, चिन्ता बढेमा र तिमीभित्र बेचैन आएमा, कुनै समस्या छैन; किनभने त्यसैद्वारा तिमी बदलिनेछौ, क्रान्ति हुनेछ ।

यो त यस्तो हो जस्तो एकजना मान्छे क्यान्सरले थलिएको छ र हामी केही गर्न नसक्ने असहाय छौं, तब हामी त्यसलाई मर्फिन दिन्छौ ताकि तिमी आफूलाई आरामपूर्वक ओछ्यानमा राख्न सक ।

तर पूर्वका धर्मगुरूहरू भन्छन्, मर्फिनबाट जीवन–क्रान्ति हुँदैन, जगाउनुपर्छ ! रूपान्तरण हुन सक्छ । मान्छे जे छ, यो नै उसको अन्तिम अवस्था होइन । यो त त्यसको प्रथम अवस्था समेत होइन । यो त यात्राको बिल्कुलै बाहिरै उभिनु हो–ढोका छेऊ । अहिलेसम्म उसले भित्र पाइला हालेको पनि छैन । महाआनन्दको सम्भावना छ । तर तिमी जुन अवस्थामा छौ, सुतेको, यसबाट महाआनन्द आउँदैन ।

सुख र आनन्द फरक बुझ । सुख त्यस अवस्थाको नाम हो, तिम्रोभित्र जुन झिनो किरण आइदियो, त्यो पनि सुस्ताएर जान्छ । तब तिमीलाई कुनै दुःखको भानसम्म हुँदैन । आनन्द त्यस अवस्थाको नाम हो- तिमीभित्रको झिनो किरण महासूर्य भइदिन्छ र अन्धकार पूरै हराएर जान्छ । सुख नकारात्मक, नेगेटिभ हुन्छ भने दुःखको कुनै पत्तो हुँदैन ।

तिम्रो शिरमा दुःखाइ छ; एस्प्रोको चक्की सुख हो, आनन्द होइन । किनभने एस्प्रोको चक्कीले तिमीलाई केवल दुःखको भान हुन दिँदैन । त्यसले बेहोशी दिन्छ । तिमी बिरामी छौ, तिमी व्याकुल छौ, जिन्दगी चिन्ताले भरिभराउ छ–तिमी मदिरा पिउँछौ, यसपछि सबै ठीक भइदिन्छ । दुःखी पियक्कड जान्छ मदिरालयतर्फ, फर्कन्छ नाच्दै–गाउँदै । तिम्रो झिनो प्रकाशको किरणलाई पन्छाएर तिमी सुख किन्छौ । त्यसबाट तिमीलाई आनन्द कहिल्यै मिल्दैन । किनभने सुख

केवल दुःखलाई भुल्नु हो, विस्मरण हो । र आनन्द आत्माको स्मरण हो । त्यो भनेको भुल्नु हैन; त्यो त पूरै स्मृति हो । कबीरले त्यसलाई सुरति भनेका छन् । त्यो पूर्ण स्मरण हो ।

यी सूत्रले तिमीलाई पूर्ण स्मरणतर्फ लैजान्छन् । त्यस स्थितिमा ध्यान राख, जुन चीजले बेहोश पार्छ, त्यसबाट बच । बेहोश पार्नलाई यति धेरै सुगम उपायहरू छन् तीबारे तिमीलाई पत्तो नै छैन; तिमी तिनीहरूमा यति धेरै ग्रस्त भएका छौ कि ती के के हुन् तिमीलाई यादै पनि हुँदैन ।

एकजना मान्छे जुनबेला पनि खाइरहन्छ, उसको खाने बानी पागलपन नै हो । ऊ खाइनै रहन्छ । तिमीलाई याद छैन होला, ऊ स्रोतबाटै मदिराको उपभोग गर्दैछ । बढी भोजन गर्नाले निद्रा आउँछ । बढी भोजनले सुषुप्ति दिन्छ । यसैले कुनै दिन तिमीले उपवास बस्यौ भने रातमा तिमी निदाउन नसक्ने हुन्छौ । किनभने भोजनको एकखाले आफ्नै तन्द्रा हुन्छ । जुन मान्छे चौबीसै घण्टा खानपिनमा लागिरहन्छ, ऊ खानाको माध्यमबाट बेहोशी खोजिरहन्छ ।

एकजना महत्वाकांक्षी यात्रामा लागेको छ । ऊ भन्छ, जबसम्म करोड रूपियाँ पुग्दैन म रोकिन्न । तबसम्म ऊ पागलभइ लागेको हुन्छ–बिहान होस्, रात होस्, दिन होस्, अँध्यारो होस्, उज्यालो होस्, कुनै चिन्ता छैन, त्यसको मनमा एउटै गणित चलिरहन्छ–एक करोड ! ऊ एक गणितप्रति समर्पित छ । उसलाई कुनै चिन्ताले घेर्दैन । उसलाई कुनै चिन्ता छैन, केवल चाहियो एक करोड ! त्यसलाई चिन्ताले त्यसदिन घेर्छ जब ऊ एक करोड पाउन सफल हुनेछ । अनि अचानक उसलाई लाग्नेछ, बेकारै भयो; अब के गर्ने !

मैले सुनेको छु, पागलखानामा तीनजना मान्छे थुनिएका थिए– एउटै कोठामा; उनीहरू एकैसाथ पागल हुनपुगेका थिए, र तीनैजना पुराना साथी थिए । एकले–अर्कोलाई रङ्ग दिए होलान् । एकजना मनोवैज्ञानिक तिनीहरूको अध्ययन गर्न आएका थिए । तब उनले पागलखानाको डाक्टरसँग सोधे, यीमध्ये नम्बर एकको समस्या के हो ? उनले भने यो नम्बर एकवाला एउटा डोरीमा परेको गाँठो फुकाउने प्रयास गर्दै थियो र फुकाउन सकेन– त्यही कारणले पागल भयो ।

यो दोस्रो के गर्दै थियो ?

यो पनि त्यही गाँठो फुकाउँदै थियो। ऊ खोल्न सफल भयो, यसैले पागल भयो।

ती मनोवैज्ञानिक आश्चर्यमा परे।

उनले भने, यी तेस्रा सज्जन नि ?

उनले भने, यी ती सज्जन हुन्, जसले गाँठो पारेका थिए।

कोही गाँठो पार्दैछन्, कोही गाँठो फुकाउँदैछन्; कोही सफल भइहाल्छन्, कोही असफल बन्छन्–यसले कुनै फरक पार्दैन; सबै पागल हुन्छन्।

तर मान्छेहरू गाँठो पार्ने–फुकाउने झन्झटमा किन परेका छन् ?

आफैसँग बच्नका लागि। स्वयम्सँग बच्ने तरिकाहरू छन्! होइन भने स्वयंसँग सामना गर्नुपर्ने हुन्छ। न कुनै महत्त्वाकाङ्क्षा छ, न दिल्ली जानुछ, न कुनै राजनीति गर्नुछ, न कुनै चुनाव लड्नुछ, न धन कमाउने कुनै पागलपन छ–फेरि तिमी आफैसँग कसरी बचौला ? फेरि कहीँ न कहीँ आफैसँग मिल्नुपर्ने हुनजान्छ। ड़र छ, कहीँ आफैँसँग मिल्नुपर्ने नहोस्! त्यसैले हात–गोडा काम्न थाल्छ।

तिमीले सुनेका छौ धेरैले भनेका, आत्मालाई चिन। तर तिमीले आफैँलाई बुझिहेऱ्यौ भने तिमीले आत्मालाई चिन्नबाट अलग बस्ने सबै उपाय गरेको भेट्नेछौ। भन्ने गर्छन् बुद्ध पुरूषहरू, आत्मालाई चिनेपछि महाआनन्दको वर्षा हुन्छ, अमृत वर्षन्छ। कबीर भन्छन्, बादल गर्जिन्छन् अमृत लिएर, र अमृत वर्षिन्छ। तर यो घटना निकै अन्त्यतिर मात्रै घटित हुन्छ, पहिले त निकै दुःखलाई पार गर्नुपर्छ। किनभने तिमीले जे जति धोखा दिएका छौ जिन्दगीमा, अनन्त जन्महरूमा, ती सबै धोखाहरूलाई हिर्काएर टुक्र्याउनुपर्छ। र हरेक धोखालाई टुक्र्याउँदा दुःख कष्ट हुन्छ; किनभने धोखाले एक प्रकारको मधुरता दिएको थियो, एक मीठो निद्रा दिएको थियो, एक बेहोशी दिएको थियो, र अब तिनैलाई फुटाऊ! र तिनीहरूलाई आघात दिएर नटुक्र्याएसम्म तिमी पुग्ने छैनौ त्यो ठाउँमा, जहाँ आकाश अमृतरूपी बादलबाट भरिएको छ र जहाँ आनन्दको वर्षा हुन्छ। त्यही बीचको मार्ग नै तपश्चर्या हो।

जाग्नुबाट शुरू गर तिम्रो तपमा; फेरि स्वप्नमा लैजाऊ; फेरि सुषुप्तिमा लैजाऊ।

विकल्प स्वप्न हो।

चित्तलाई विकल्पहरूबाट भरिदिनु स्वप्नको दशा हो । तिमी रातमा मात्रै सपना देख्छौ भन्ने होइन, तिमी दिनमा पनि सपना देख्छौ । तिमी यहाँ बसेका छौ, हो तिमी यहाँ बसेका छौ, हुन सक्छ तिमी मैले भनेको सुनिरहेका पनि छौ र सपना पनि देख्दैछौ। तिमीभित्र चौबीसै घण्टा, एक अन्तरधारा सपनाको चलिरहन्छ। जागरणमा पनि भित्र एउटा सपनाले तिमीलाई घेरेर राखेको हुन्छ, केही न केही चलिरहन्छ । तिमीले आँखा बन्द गरेर विचार गर्‍यौ भने तिमीले भित्रभित्रै केही चलिरहेको थाहा पाउँनेछौ ।

यो अवस्था यस्तो हो, रातमा आकाशमा तारा देखिन्छन्, दिउँसो देखिँदैनन्; किनभने सूर्यको प्रकाशमा ताराहरूको चमक हराउँछन्। तारा हराउँछन् भन्ने नठान, तिनीहरू आ-आफ्नै ठाउँमा हुन्छन् । कहाँ हराउने ? दिउँसो तिमी कुनै गहिरो इनारमा पस र त्यहाँ उभिएर माथि हेर, त्यतिखेर तिमीले आकाशमा ताराहरू देख्नेछौ । किनभने तारा देख्नलाई अँध्यारो चाहिँन्छ । सूर्यको प्रकाशकै कारणले दिनमा तारा देखिँदैनन् ।

यही अवस्था सपनाको हुन्छ । रातमा मात्रै सपना देखिन्छ भन्ने होइन । त्यसका लागि रातको अन्धकार हुनुपर्छ; आँखा चिम्लिएमा पनि देखिन्छ । दिनमा आँखा खुलै हुन्छ, अनेक कामको चटारो हुन्छन् । सपना त भित्र बनिबनाउ नै हुन्छ, नदेखिने मात्रै हो। दिनमै पनि तिमी कुर्सीमा आँखा चिम्लिएर बस त, छिनभरमै दिवा-स्वप्न शुरू भइहाल्छ । त्यो भित्रभित्रै चलिरहेकै थियो । त्यो भित्रपट्टि चलिनैरहन्छ । त्यसको एक अन्तर–सूत्र छ ।

यो अन्तर–सूत्रलाई भत्काउन जरूरी छ; दिनमा भत्काउन सकेमा रातमा भत्काउन सकिन्छ । दिनमा भत्काउन नसकेमा रातमा कसरी भत्काउला ? सम्पूर्ण मन्त्रहरूको उपयोग यही अन्तर–सूत्रलाई भत्काउन प्रयोग हुन्छ । कुनै एक व्यक्तिलाई मन्त्र दिए उसका गुरूले र भने, तिमी काम गर, बजार जाऊ, सामान बेच, खरीद गर; तर आफू भित्रचाहिँ राम, राम, रामको अन्तरध्वनि गुञ्जिन दिनु निरन्तर ।

यो के हो ? तिमी काम गर्दै रहँदा पनि भित्र रामको अन्तरध्वनि गुञ्जिन दिन्छौ भने त्यो शक्ति सपना बन्न पुग्थ्यो, सपनाको धारा बन्थ्यो, त्यो रामकै धारा बन्नपुग्छ । किनभने त्यही शक्ति भित्र सपना बन्छ । यसरी भित्रभित्रै तिमीले आफ्नै सपना पैदा गर्‍यौ–राम, राम, राम, राम । बाहिर तिमी सबै काम गर्छौ र भित्र

रामलाई सम्भने काम गर्छौ । जुन शक्ति तिमीभित्र खाली भइरहेकोले सपना देख्थ्यौ, त्यो राम नामको स्मरण बन्नपुग्छ । यसबाट राम पाइन्छ भन्ने त हुँदैन; तर सपनालाई भत्काउनमा सहयोग मिल्छ । जुन दिन तिमी राति निद्रामा सपना देख्दैनौ, रामको धारा चलिरहेको हुन्छ, त्यस दिन सपना भत्कियो ।

अनि त मन्त्रको सफलता निद्रामै थाहा हुन्छ, दिनमा थाहा हुँदैन । कसरी थाहा हुने ? तिमी दिनभर रामकै जप गरिरहन्छौ भने राति सपना नै आउँदैन, रामकै धारा चलिरहन्छ । यो धारा यति सघन हुन्छ कि तिमी कल्पना पनि गर्न सक्दैनौ । स्वामी राम 'राम–राम' जपिरहन्थे । एकरात हिमालयमा उनी आफ्ना साथी कहाँ बसेका थिए– सरदार पूर्णसिंह कहाँ । कोठामा उनी एक्लै थिए । टाढा पहाडको एकान्तमा कोठा थियो । त्यहाँ कोही पनि नजिकका वा चिनेजानेका थिएनन्, मिलौं पर-परसम्म पनि । सरदार पूर्णसिंह निदाउन सकेका थिएनन्–अलिअलि लामखुट्टे थिए, गर्मी पनि थियो । उनी कोठामा राम, राम, रामको आवाज सुनेर छक्क परे । स्वामी राम त सुतिसकेका छन् । उनी उठे, यताउति हेरे, डर पनि लाग्यो, यहाँ कुनै तेस्रो मान्छे छ कि भन्ने डर भयो । यो राम-राम जपको आवाज यहाँ कसरी ? बत्ती लिएर उनले सबैतिर हेरे, बाहिर कोही पनि छैन । कोठाभित्र फेरि पसे, अरू उदेकमा परे- बाहिर हुदाँ आवाज मधुरो थियो, कोठामा चर्को किसिमले सुनिन्थ्यो । र जसै उनी रामको खाट नजिक पुगे आवाज अरू चर्कोसँग सुनिन थाल्यो ।

उनले बत्ती लिएर रामलाई हेर्नपुगे, कतै उनी ब्युँझिएर राम राम नाम जप त गरिरहेका छैनन् ! उनी त गहिरो निद्रामा छन्, घुरिहेका छन् । उनी अरू उदेकमा परे । स्वामी रामको नजिकै पुगेर बसे, कान त्यहीँ पुऱ्याएर सुन्न थाले– शरीरका रौं–रौंबाट राम नामको आवाज आइरहेको थियो ।

सम्भिरहने काम ज्यादै गहिँरिँदै जाओस् त यस्तो घटना घटित हुन्छ; किनभने सपनामा अति नै ऊर्जा नष्ट भइरहन्थ्यो । तिम्रो सपना सित्तैमा तिमीले पाएका होइनौ । त्यसमा छ भन्नु केही पनि हुँदैन, तर मूल्य धेरै नै चुकाउनुपर्छ । किनभने रातभर तिमी सपना देख्छौ ।

अहिलेको समयमा स्वप्नबारे ठूलाठूला वैज्ञानिक सोधहरू भइरहेका छन् । वैज्ञानिकहरू भन्छन्, रातमा साधारण स्वस्थ मान्छेले

कममा आठवटा सपना देख्छ । एउटा सपनाको अन्तराल करीब–करीब पन्ध्र मिनेटको हुन्छ । एउटा सपना पन्ध्र मिनट, आठवटा सपनाको अर्थ भयो कममा पनि दुई घण्टा राति सपना देखिरहेका हुन्छौ । र यो बिल्कुलै सामान्य स्वस्थ कुनै मानसिक विकार नभएको मानिसको कुरा हो ! यस्तो व्यक्ति खोज्न मुक्किल हुन्छ । आम मानिसले त रातिको आठ घण्टाको निद्रामा करीब–करीब छ घण्टा सपना देख्छ । यो छ घण्टा निरन्तर सपनाको धारा तिमीभित्र चलिरहन्छ, यसबाट तिम्रो शक्ति नष्ट भइरहन्छ । यो सित्तैमा आएको होइन । यसलाई तिमीले ऊर्जा दिएर खरिद गरिरहेका छौ जीवनभर ।

मन्त्रले यो शक्तिलाई राममा केन्द्रित गरिदिन्छ । कृष्ण, क्राइस्ट वा ॐकार–कुनै पनि शब्दले काम दिन्छ । भगवान्कै नाम लिनुपर्छ भन्ने जरूरत छैन, स्वयम्कै नाम पनि तिमीले ध्यानपूर्वक दोहऱ्यायौ भने काम चल्यो ।

अंग्रेजी कवि थिए–टेनिसन । उनले आफ्नो संस्मरणमा लेखेका छन्- केटाकेटी अवस्थामा निद्रा नलाग्दा म आफैंलाई ठूलो–ठूलो स्वरले बोलाउँथेः टेनिसन, टेनिसन, टेनिसन । केही क्षणपछि मलाई निद्रा लागिहाल्थ्यो । मलाई तरिका हात लागेकै थियो, जब-जब म अशान्त हुनपुग्थें म भित्रभित्रै भन्थें: टेनिसन, टेनिसन, टेनिसन । मेरो अशान्तपन हराएर जान्थ्यो । फेरि मैले यसैलाई मन्त्र बनाएँ ।

आफ्नै नाम तिमीले लिइरहन्छौ भने त्यत्तिकै लाभ हुन सक्छ। भलै नभइ देला; किनभने तिमीलाई आफ्नो नाममा त्यत्ति साह्रै भरोसा नहुन पनि सक्छ । बाँकी फरक केही पनि छैन । राम भन कि रहिम भन– त्यसमा कुनै फरक पर्दैन । कुनै पनि नाम होस्, त्यसमा कुनै फरक पर्दैन । सवाल नामको होइन । शब्द सबै एकैखाले हुन् । र सबै नाम परमात्माका हुन्, तिम्रो नाम पनि परमात्माकै हो । कुनै एउटा शब्दलाई लिएर दोहऱ्याइरह्यौ भने त्यसबाट एकप्रकारको सङ्गीत भित्रभित्रै उत्पन्न हुन्छ, एउटा ध्वनि पैदा हुन्छ । त्यो ध्वनिमा सपनाको ऊर्जा लीन भइदिन्छ ।

स्वप्नलाई नष्ट गर्ने उपाय मन्त्र हो । त्यसबाट कुनै परमात्मा मिलिहाल्दैन । तर स्वप्नलाई नष्ट गर्नु भनेको परमात्मा पाउने मार्गमा निकै ठूलो कदम हो । मन्त्र एक प्रक्रिया हो, एक विधि हो, एक

औजार हो, एक हथौडा हो, जसबाट हामीले सपनालाई चकनाचुर गरिदिन्छौं ।

सपना नै के हो ? शब्द हो ! यसैले शब्दहरूको हथौडाले त्यसलाई चकनाचुर गर्न सक्छ । त्यसका लागि फलामको हथौडा आफूभित्र लैजान जरूरी छैन । नक्कली हथौडाले नै काम पूरा हुन्छ । नक्कली बिरामीका लागि सक्कली ओखती खतरनाक हुन्छ । नक्कली बिरामीका लागि नक्कली ओखती नै उचित हुन्छ; किनभने त्यसैले मात्र नष्ट गर्न सक्छ ।

स्वप्न के हो ? यो विकल्प हो ! मन्त्र के हो ? मन्त्र सङ्कल्प हो । त्यो पनि विकल्पकै एक रूप हो । स्वप्न बदली रहन्छ, क्षणभङ्गुर हुन्छ; मन्त्र निरन्तर हुन्छ र एउटै मात्रै हुन्छ । बिस्तारै–बिस्तारै सबै सपनाहरूको ऊर्जा मन्त्रमा लीन भएर जान्छन् र जुन दिन निद्रामा सपना आउँदैन र मन्त्र आइरहन्छ, तिमी बुझ तिमीले सपनामाथि विजय पायौ । तिमी बुझ, तिम्रो सपना भत्कियो, सत्य शुरू भयो । यसपछि सुषुप्तिमा प्रवेश हुन सक्छौ ।

तर तिमी उल्टो गर्दैछौ । तिमी विकल्पहरूलाई शक्ति दिने गर्छौ । तिमीभित्र व्यर्थका विचारहरू सल्बलाई रहन्छन्, तिनलाई पनि तिमी मद्दत गर्छौ । बसेकाछौ खाली तर यही सोच्न लाग्छौ- आउँदो चुनावमा उमेदवार बनिहालू । यहाँबाट फेरि सपना शुरू भयो । तिम्रो सोचअनुसार राष्ट्रपति नभई काम चल्दैन । फेरि तिमी सपनामा राष्ट्रपति बन्छौ, स्वागत समारोह भइरहेको छ, र तिमी यी सबैको रस लिइरहेका छौ । तिमी कहिल्यै पनि सोच्दैनौ यो कस्तो मूर्ख्याइँ कल्पना हो ! तिमी के गरिरहेका छौ ! तिमी एक व्यर्थकै विकल्पलाई ऊर्जा दिइरहेका छौ, मद्दत गरिरहेका छौ । र यस्तै नै व्यर्थका विकल्पले भरिएको तिम्रो चित्त छ ।

हामीले मनुष्यको जीवनबारे पूरा खोजबिन गर्‍यौं भने, उनान्नब्बे प्रतिशत यस्तैखाले सपनामा हराएका पाउँछौं । धनको सपना, साम्राज्यको सपना, शक्तिको सपना तिमीलाई प्राप्त होस्, त्यसबाट के हुन्छ ?

अमेरिकामा एक प्रसिद्ध राष्ट्रपति बने–कालविन कूलिज । शान्त व्यक्ति थिए । गल्तीले उनी राष्ट्रपति बन्न पुगे; किनभने त्यति शान्त व्यक्ति त्यस्तो अशान्त ठाउँसम्म पुग्नै सक्तैन । त्यहाँसम्म पुग्नका लगि त बिल्कुलै पागलखाले दौड चाहिन्छ । ऊ ससाना सबै

पागलहरूलाई दमन गरेर सबैभन्दा अघि पुग्छ । कूलिज कसरी पुगे, यो चमत्कार हो । बिल्कुलै शान्त व्यक्ति थिए– न बोल्थे, न चरित्र आचरण नै त्यस अनुकूल थियो । भनिन्छ कुनै–कुनै दिन यस्तो हुनजान्थ्यो, उनी पाँचदश शब्दभन्दा बढी बोल्दैनथे । राष्ट्रपतिको चुनावको समय आएपछि मित्रहरूले भने तिमी फेरि उम्मेदवार बन । उनले भने- बन्दिन । उनीहरूले सोधे- किन ? पूरा मुलुक राजी छ तिमीलाई फेरि राष्ट्रपति बनाउन । उनले भने, अब हुन्न, एकपटक निकै ठूलो गल्ती हुनगयो; त्यहाँ पुगेर केही नै भएन । अब अर्को पाँच वर्ष बर्बाद गर्दिन । फेरि राष्ट्रपतिभन्दा माथि कुनै पद पनि छैन । जे त भइसके, भए नै; अब त्यस ठाउँभन्दा अगाडि जानलाई कुनै पद पनि छैन । पद हुन्थ्यो भने शायद सपना बन्न थाल्थ्यो ।

यसैले जो मान्छे सफल हुन्छ सपनामा, ऊ बढी असफल मान्छे खोज्नै मुश्किल छ । किनभने सफलताको अन्तिम बिन्दुमा तिनीहरूलाई थाहा हुन्छ, जेका लागि कुदेको हो, दगुरेको हो, त्यो मिल्यो, त्यँहा हुन पनि केही छैन । यद्यपि आफ्नो मूढता छोप्नलाई, त्यसका पछाडि मान्छेहरू अहिले पनि दौडिरहेका छन्, उनीहरूतिर हेरेर मुस्कुराई रहन्छन्, हात हल्लाई रहन्छन्, विजयको प्रतीक भन्दै रहन्छन् । उनीहरू हारिसके, तैपनि विजयको प्रतीक भन्दै रहन्छन्– जसको पछाडि अबुझहरू अझै दौडिरहेका छन् ।

दुनियाँका सबै सफल व्यक्तिले इमानदारीपूर्वक भनिदिऊन्, सफलताबाट उनीहरूले केही पनि पाएनन् । यसो भएमा सपनाको व्यर्थ कुदाकुद बन्द हुन्थ्यो । उनीहरूलाई केही पनि मिलेन उपलब्धि भएन भन्नु उनीहरूको अंहकारको विपरीत हुन्छ, त्यसैले उनीहरू यस्तो कुरा बताउँदैनन् । उनीहरू आफूले परम आनन्द पाएको बयान दिइरहन्छन् । जसको पुच्छर काटिन्छ, उसले अरूको पुच्छर पनि काट्नुपर्ने परिस्थिति बनाउँछ । पुच्छर काटिएको एक्लै भइयो भने ठूलो ग्लानि हुन्छ । उसको प्रयास हुन्छ सबैको काट्ने ।

जब तिमीभित्र सपनाको धारा चल्छ, त्यसबखत बिंस्तारै जागा भएर तिमी के गरिरहेका छौ ! केटाकेटीहरू शेखचिल्लीका कहानी पढ्छन्, ती सबै कहानीहरू तिमीसम्बन्धी हुन् । मन शेखचिल्ली हो । र जबसम्म तिमी सपना देखिरहन्छौ तबसम्म तिमी शेखचिल्ली नै रहिरहन्छौ । शेख चिल्लीको अर्थ हो व्यर्थका सपनाहरू देखिरहनु र ती सपनालाई सत्य मानिरहनु । भगवान्ले यसो नगरून्, सपना सत्य

होस्; किनभने तिनीहरूलाई सत्य गर्नमा ठूलो शक्ति खर्चिनुपर्छ, र जब ती सत्य होलान्, होलान्, तब तिमी पाउनेछौ, तीबाट केही पनि पाइएन । हातमा खरानीबाहेक अरूथोक भेटिन्न सधैं । यस संसारका सबैखाले सफलताहरू खरानीमै बदलिएर गएका छन् । तर जतिबेलासम्ममा खरानी हातमा आइपुग्ला, त्यसबेलासम्ममा जीवन हातबाट बाहिरिइसकेको हुनेछ; फर्किने त उपाय नै बच्दैन । तब त केवल लुकाउने कुरा मात्रै बाँकी रहने हुन्छ । अरूसँग लुकाऊ र भन- तिम्रो जीवन व्यर्थ गएन; तिमी सार्थक भयौ, तिमीले केही पायौ ।

'विकल्प नै स्वप्न हो ।'

यी विकल्पहरूलाई शक्ति नदेऊ । जब भित्र स्वप्न चल्नथाल्छ, झक्झक्याएर आफैंलाई जगाऊ र सपनालाई निस्तेज पार जतिसक्यो चाँडो । मन्त्र उपयोगी हुन सक्छ स्वप्नलाई निस्तेज पार्न । मन्त्रका सम्बन्धमा हामी अगाडि विचार गरौंला, कसरी मन्त्र असर गर्ने बन्न सक्छ । मन्त्रले निश्चित नै सपनालाई निस्तेज पारिदिन्छ ।

'र अविवेक अर्थात् स्व–बोधको अभाव सुषुप्ति हो ।'

जहाँ सबै चीज हराएर जान्छन्, कुनै विवेक रहँदैन, कुनै होस् रहँदैन–न बाहिरको कुनै होस, न भित्रको कुनै होस्ः जहाँ तिमी केवल एक चट्टानकै भाँती हुन्छौ, गहन तन्द्रामा । तर तिमी हेर, तिम्रो जीवन कस्तो उपद्रोको हुन्छ ! किनभने जब तिमी गहिरो तन्द्रामा हुन्छौ, त्यतिबेला बिहान उठेर तिमी भन्छौ, अज रातमा आनन्दको निद्रा आयो । केहीबेर सोच, तिम्रो जीवन कति नर्क होला तिमीलाई निद्रामा सुख हुन्छ । बेहोशीमै पूरापुर सुख आउँछ, बाँकी तिम्रो जीवन एकदमै दुःखै-दुःखको हुन्छ ! ठीकसँग निद्रा आयो भने तिमी भन्छौ, पर्याप्त भयो । र निद्राको अर्थ हो बेहोश ।

ठीकै हो, तिम्रो लागि पर्याप्त भयो, किनभने तिम्रो पूरै जिन्दगीमा केवल चिन्ता, तनाव र बेचैनीबाहेक अरू केही पनि छैन ! यसबीच तिमी थोरैबेर आराम गरेका हुन्छौ त थोरैबेरका लागि तिमी सम्झन्छौ सबैथोक पाइयो । वास्तवमा त्यहाँ केही पनि थिएन । निद्राको अर्थ हो जहाँ केही पनि छैन; न बाहिरको जगत् छ, न भित्रको जगत छ; जहाँ सबै अन्धकारमा विलीन भयो । हो, तर विश्राम भने मिल्छ । विश्राम लिएरै पनि तिमी के गर्छौ ! बिहान फेरि तिमी उही दौडमा लाग्नेछौ । विश्रामबाट जुन शक्ति तिमीलाई मिल्छ, तिमी त्यसलाई

नयाँ दुःख बनाउनमा लगाउनेछौ, नयाँ चिन्ताहरू निर्माण गर्नेछौ। हरेक दिन तिमी नयाँ चिन्ताहरू निर्माण गर्नेछौ।

निद्रामा यति आनन्द, बेहोशीतन्द्रामा यति धेरै आनन्द किन मिल्छ ? किनभने त्यहाँ कुनै तनाब हुँदैन, त्यहाँ कुनै चिन्ता हुँदैन, त्यहाँ तिमीले भुल्यौ सबै उपद्रो–बेहोशीमा पनि उपद्रो बिर्सिएर यति धेरै आनन्द मिल्छ, भने तिमी सोच, जुन दिन उपद्रो हराएरै जाला र तिमी होशमा रहनेछौ, त्यस दिन कस्तो आनन्द तिमीलाई उपलब्ध होला ! त्यसलाई हामीले मोक्ष भनेका छौं; त्यही निर्वाण हो, त्यही ब्रह्मानन्द हो। निद्रामा पनि त्यति धेरै पाइन्छ, किनभने त्यहाँ उपद्रो देखा पर्दैन। जब उपद्रो साँच्चै हराएर जान्छ, जब तनाब साँच्चै नै बिसर्जित भएरै जान्छ र तिमी चौबीसै घण्टा त्यसप्रकारका विश्राममा रहन थाल्छौ, गहिरो निद्रामा कहिलेकाहीँ कुनै व्यक्ति पुग्न सक्छ, जब त्यसरी चौबीसै घण्टा निरन्तर तिम्रो शान्त स्थिति रहिरहन्छ, तब तिमीलाई कुन किसिमको आनन्दको राज्यको अनुभव नहोला ? यसलाई थोरै सोचिहेर। किनभने समाधि सुषुप्तिजस्तै हो; केवल एउटा कुरा फरक छ त्यसमा, त्यहाँ होश भइरहन्छ। तुर्यावस्था सुषुप्तिजस्तै हो; केवल एउटा फरक छ, त्यहाँ निरन्तर प्रकाश भइरहन्छ र सुषुप्तिमा चाहिँ अन्धकार हुन्छ।

मानौं, तिमीलाई स्ट्रेचरमा राखेर, बेहोशीअवस्थामा कुनै बगैंचामा ल्याइयोस्। सूर्यको किरणले तिमीलाई छुनेछ; किनभने सूर्यको किरण बेहोश छैन, बेहोश तिमी छौ। हावाका झोक्का तिमीलाई छोएर जानेछ, हलुका किसिमले थुम्थुम्याउने छ; किनभने ऊ बेहोश छैन, बेहोश तिमी छौ। फूलको पत्रदलको गन्ध तिम्रो नाथ्रीसम्म आउला; किनभने फूल वेहोश छैन, बेहोश तिमी छौ। बिहानीपख परेका शीतको थोपाको ताजापनले तिमीलाई स्पर्श गर्ला; किनभने शीत बेहोश छैन, बेहोश तिमी छौ। सबै घटित हुनेछ।

तर तिमीलाई कुनै पत्तो छैन। दुई घण्टापछि तिमी होशमा आयौ, तिमी भनौला, ज्यादै आराम पाइयो। यस विश्राममा त्यो शीतको पनि योगदान होला, फूलको गन्धको पनि, सूर्यको किरणको पनि, हावाको झोक्काको पनि; तर तीबारे तिमीलाई कुनै पत्तो छैन। तिमी बेहोश थियौ, तर पनि तिमी होशमा आएर भनिदिन्छौ–ठूलो सुख प्राप्त भयो।

कल्पना गर, तिमी होशमा छौ, फूलको गन्ध वर्षिरहेको छ, सूर्यको किरण वर्षिरहेको छ, शीतले सबैतिर ताजापन दिएको छ, सबैलाई नयाँ पारिदिएको छ; हावाका झोक्काहरूले वृक्षहरूमा गीत पैदा गर्छन्, तिमी होशपूर्ण भएर बसेका छौ ! अब तिम्रो आनन्द.....!

सुषुप्तिमा तिमी त्यहीँ पुग्छौ, जहाँ बुद्ध, महावीर र शिव जाग्रत अवस्थामा पुगेका हुन्छन् । निद्रामा पनि तिमी बिहान थोरै सानो खबर ल्याएर भन्छौ, धेरै सुख थियो, तिमी त्यस्तो केही बताउन सक्दैनौ, कुनै व्याख्या गर्न सक्दैनौ, कुनै स्वादको खबर दिन पनि सक्दैनौ । निद्रा गहिरो थियो तर फेरि पनि तिमी बिहान थोरै सानो ताजापन लिएर आउँछौ । बिहान उठ्दै गरेको मान्छेमा– जो राति गहिरो निद्रामा सुतेको थियो– त्यसको अनुहारमा बुद्धत्वको सानो भने पनि झलक हुन्छ । खासगरी सानो बालक, जो साँच्चै गहिरो निद्रामा सुत्छन्– किनभने जति-जति तिम्रा चिन्ताहरू बढ्न लाग्छन्, गहिरो निद्रा पाउन पनि मुश्किल हुन जान्छ । साना बच्चाहरूलाई बिहान उठ्दाका बखत हेर, यसभन्दा पहिले उनीहरू व्युझिँहालेका हुँदैनन्, उनीहरूका अनुहार हेर, त्यसमा बुद्धत्वको ताजापन हुनेछ । कहीँ भित्रपट्टि आनन्दपूर्ण घटना घटित भइरहेको हुन्छ, तर उसलाई होश हुँदैन; तर घटना घटित भइरहेको हुन्छ ।

सुषुप्तिमा सबै तनाव हराएर जान्छन्, तर विवेक रहँदैन । समाधिमा, तुर्यावस्थामा, सबै तनाव हराएर जान्छन् र विवेक हराउँदैन । विवेक+सुषुप्ति= समाधि

'र तीनवटैको भोक्तालाई वीरेश भनिन्छ ।'

जाग्रत, स्वप्न, सुषुप्ति– तीनवटैको भोक्ता, तीनवटैबाट जो पृथक छ, तीनवटै भन्दा जो अर्कै हो, जो तीनवटैबाट पार हुन्छ, जसले तीनैवटालाई भोग्छ, तर पनि अभिन्नता रहन्छ; जुन तीनवटै भएर पार जान्छ, तर आफूलाई अन्य भएको मान्यता राख्छ; तीनवटैबाट भिन्न जो छ–उही नै वीरेश हो ।

वीरेशको अर्थ होः वीरहरूमा वीर, महावीर हो । वीरेश शिवको एक नाम हो । हामीले महावीर ती पुरूषलाई भन्छौं, जसले समाधि पाएको छ । हामी महावीर त्यसलाई भन्दैनौं, जसले गौरीशङ्कर हिमाल चढेको छ । ठीक छ, सहास गऱ्यो, तर गौरीशङ्कर कुनै अन्तिम अग्लाइ होइन । हामी महावीर त्यसलाई पनि भन्दैनौं, जो चन्द्रमामा पुगेको छ । सहास गऱ्यो, तर चन्द्रमामा पुग्नु नै कुनै

आखिरी लक्ष्य होइन । हामी त वीरेश त्यसलाई भन्छौं, महावीर त्यसलाई भन्छौं, जसले आत्मालाई पायो, जसले परमात्मालाई पायो । किनभने परमात्माभन्दा उच्च गौरीशङ्कर हुँदैन ! र परमात्माभन्दा अरू पर कुन लक्ष्य हुन सक्छ ! जसले आखिरकै चीज पायो, हामी त्यसैलाई महावीर भन्छौं । त्यसभन्दा कमसँग हामी राजी हुँदैनौं । किनभने चन्द्रमामा पुग्दैमा के हुन्छ ? चन्द्रमामा पुगेर केवल अरू माथि पुग्ने बाटो खुल्छ; अब मङ्गलमा पुग्नु उद्देश्य हुनेछ । मङ्गलमा पुगेर के हुन्छ ? त्यहाँ त अनन्त विस्तार छ ।

हामी महावीर त्यसलाई भन्छौं, जो पुग्यो, जसपछि अब पुग्न यस्तो स्थानमा कुनै ठाउँ बाँकी छैन । किन भनिन्छ महावीर उसलाई ? किनभने उसले गरेभन्दा ठूलो कुनै दुस्साहस अर्को छैन । स्वयम्लाई पाउनुभन्दा ठूलो दुस्साहस अर्को हुँदैन । त्यसभन्दा ठूलो कुनै साहासिक अभियान अर्को छैन । किनभने त्यस मार्गमा जति कठिनाइहरू छन्, त्यति कठिनाइहरू कुनै अरू मार्गमा छैनन् । त्यहाँसम्म पुग्नमा जे जति तपश्चर्याबाट तिमीले हिंड्नुपर्छ, अन्यत्र कहीँ पुग्नलाई त्यत्तिको तपश्चर्याबाट पार गर्नु पर्दैन ।

स्वयम्का लागि यात्रा सबैभन्दा कठिन यात्रा हो । त्यो त तरबारको धार हो । शायद त्यसैले तिमी स्वयम्बाट भागेका छौ र संसारमै आफूलाई यता-उता अल्भाइ राखेका छौ । शायद यसैकारण आत्मज्ञानको कुराले मनलाई भक्भक्याउँछ, फेरि पनि तिमी हिम्मत गर्न सक्दैनौ । कुनै डरले तर्साइराख्छ ।

कठिन छ ! एक्लै जानुछ ! सबैभन्दा ठूलो कठिनाइ के छ भने सबै ठाउँमा तिमी कोहीसँग साथ लागेर जान सक्छौ, केवल एउटा ठाउँ यस्तो छ जहाँ तिमीले एक्लै जानुपर्छ । पत्नीले साथ दिन्नन्, भाइले साथ दिदैन, मित्रसँगै हुँदैन, गुरूसम्म पनि साथ हुँदैनन्; केवल इसारा गर्न सक्छन् ।

बुद्धले भनेका छन्, बुद्ध इसारा गर्छन्, जान त तिमीले नै पर्छ ।

एक्लै हुनुले डर लाग्छ । चारैतिर यति धेरै मान्छे छन्, यति धेरै सपनाहरू छन् ! सपनामध्ये कैयौं त धेरै मधुर सपना छन् । तिनीहरूमा धेरै रस हुन्छ । ती सबैलाई लत्याएर, यी सबै सपनाका जालोहरूलाई च्यातेर, सत्यको यात्रामा दुर्लभ मान्छे मात्रै निस्कन्छन् । उनीहरूमध्येमा पनि अधिकांश त यात्रामा बीचैबाट फर्कर आउँछन् । लाखौंमा एकजनामात्रै त्यस यात्रामा जान्छ; किनभने त्यो कठिन छ ।

र लाखौं जान्छन्, तिमीध्येबाट कुनै एक पुग्न सक्छन् । यसैले हामीले त्यो अवस्थालाई वीरेश भनेका हौं ।

तीन वटाभन्दा पर चौथो तिमीभित्र बसेको छ, त्यही गौरीशङ्कर हो, त्यहीं पुग्नु छ । र पुग्ने मार्ग केहो भने तिमी ब्युँझनुपर्छ र अरू चेतनायुक्त भएर जाग्नु हो । अहिले त तिमी अलि–अलि तातेका छौ । तिमी हुरहुरी बलेको ज्वाला होऊ जागरणको, ताकि यो ज्वालाले सपनामा प्रवेश गरोस् । सपनामा पनि जाग, ताकि सपनामा ज्वाला प्रवेश गरोस् । सपनामा पनि जाग, ताकि सपना भत्किएरै जाओस् । सपनामा यति धेरै जाग कि जाग्नुको एउटा किरण सुषुप्तिमा पनि पुगोस् । ठीक, जुन दिन तिमी सुषुप्तिमा दियो लिएर गयौ, तिमीले वीरेश बन्ने द्वार खोल्न पुग्यौ । तिमीले मन्दिरमा पहिलो हाजिरी दियौ ।

अनन्त आनन्द छ । तर बीचको मार्गमा हिंड्नैपर्छ; मूल्य चुकाउनै पर्छ । र जति बृहत् आनन्द पाउन खोजेको हो, त्यत्तिकै बढी मूल्य चुकाउनुपर्छ । सस्तो कुनै खरिदबिक्री यहाँ हुन सक्तैन ।

बढीजसो मान्छेहरू सस्तो खरिदबिक्रीको कोसिसमा लाग्छन् । बढीजसो मान्छे छिटो पुगिने चोरबाटो खोज्छन् । उनीहरूलाई शोषण गर्नेखालका गुरू पनि भेटिन्छन्, जसले भन्छन्- ठीक छ यतिले भइहाल्छ; तिमी यो जन्तर बाँध; तिमीले मप्रति विश्वस्त गर, भइहाल्छ; तिमी दान गर, पुण्य गर; तिमी मन्दिर बनाइदेऊ । यी सबै सस्ता कुराहरू हुन् । यसबाट कुनै समाधान निस्कनेवाला छैन । यसबाट तिमी केवल धोखामा पर्छौ । यात्रा गर्नु नै पर्छ ।

फेरि अझै सजिलो बाटो खोज्नेहरू पनि छन् । कोही गाँजा तानेर सोच्छन् समाधि लाग्यो; कोही भाँग खाएर सोच्छन् ज्ञान उत्पन्न भयो । हजारौं साधु–संन्यासीले गाँजा, अफिम, भाँङको प्रयोग गरिरहेका छन् । अहिले पश्चिमी जगत्मा यी चीजको प्रभाव निकै बढेको छ; किनभने पश्चिममा अरू पनि, अन्य पनि बडा दमदार मानिने मादक द्रव्यहरूको खोजी भएका छन् । ह्यासिस, एल.एस.डी अरू पनि थुप्रै वैज्ञानिक केमिकलको खोजमा लागेका छन्, जसको एक इन्जेक्सन लिएर तिमी समाधिस्थ बन ! एक चक्की खाऊ, समाधि लागिहाल्यो ! जसरी उत्निखेरै कफी तयार गर्न सकिन्छ, त्यस्तै समाधि पनि पाउन सकिन्छ ।

यति सजिलो हुन्थ्यो भने लागूपदार्थमा हराएरै भए पनि कुनै ज्ञान मिल्थ्यो होला ! सारा दुनियाँ उहिल्यै के के भइसक्थ्यो । यति सस्तो छैन । सस्तो खोज्ने काम मनले गर्छ । मन चाहन्छ, कुनै उपायले बीचको बाटो फेला परिहालोस् र हामी जहाँ छौं त्यहीबाट हामी सीधै मोक्षमा पुग्न सकौं । बीचको बाटो कटिहाल्न सक्तैन; किनभने त्यही बाटोबाट हिंडिरहेपछि मात्रै तिम्रो मोक्ष आउँछ । किनभने बाटो केवल बाटो हैन, बाटो तिम्रो विकास पनि हो ।

यही त कष्ट हो । बाहिर त भइदिन सक्छ । लन्डनबाट हवाइजहाज उड्छ, सीधै बम्बई उत्रियो भने बीचको बाटो उडेरै काटियो । लन्डनबाट जुन मान्छे आएको छ बम्बईमा, त्यही मान्छे झर्छ विमानबाट, कुनै दोस्रो मान्छे त्यहाँ झर्न सक्दैन । यसमा कुनै विकास भएन । यो यात्रा बाहिरको हो । तर तिमी जहाँ छौ, यहाँबाट मोक्षमा ओर्लनलाई कुनै हवाइयात्रा छँदैछैन । जसले यो पनि हुन सक्छ भन्छ ऊ धोखामा छ । किनभने यो यात्रा एक बिन्दुबाट दोस्रो बिन्दुको यात्रा हैन, एक जीवन स्थितिबाट दोस्रो जीवन स्थितिमा प्रवेश हुनु हो । बीचको मार्गबाट पार भएर जानु नै पर्छ; किनभने त्यसरी गुज्रिएर गएर नै तिमी संतप्त हुन्छौ, निर्मल बन्छौ र बदलिन्छौ । त्यसरी गुज्रिएर जानुको पीडाबाटै तिम्रो विकास हुन्छ । त्यस्तो पीडा अनिवार्य छ । त्यस्तो पीडाबाट पार नपाई कोही पनि त्यहाँ पुग्न सक्दैन । तिमीले कुनै संक्षिप्त मार्ग खोज्यौ भने तिमी केवल आफूलाई नै धोखा दिइरहेका हुन्छौ ।

पश्चिममा संक्षिप्तको ठूलो खोजी छ । त्यसैले महेश योगीजस्ता व्यक्तिहरूको ठूलो प्रभाव छ । प्रभावको कुल कारण यति मात्रै हो कि उनी भन्छन्, हामीले जे भनिरहेका छौं, यो जेट स्पिड हो । हामीले जो भनिरहेका छौं, यो सानो मन्त्र हो, हरेक दिन पन्ध्र मिनट गर्नाले तिमी सीधै पुग्नेछौ । अरू केही गर्ने आवश्यकता पर्दैन । न तिम्रो आचरण बदल्ने आवश्यकता छ, न तिम्रो जीवनलाई बदल्नुपर्ने आवश्यकता छ, न तिमीलाई बाहिरी दुनियाँको कुनै वस्तु छोड्नु पर्नेछ, केही गर्ने पर्दैन । केवल पन्ध्र मिनट विश्राम गरेरै यो मन्त्रको जप मात्रै गर्नुछ । बस यो मन्त्र सबैथोक हो ।

मन्त्र मूल्यवान् चीज हो, तर सबैथोक होइन । मन्त्रबाट सपनालाई रद्द पार्न सकिन्छ, सत्य भेटिंदैन । सपनालाई रद्द गर्नु सत्य भेटिने मार्गमा एउटा हिस्सा हो । तर मन्त्रलाई मात्र दोहऱ्याएर

सबै पाइयो भन्न सकिँदैन, कोहीले माला जपेर भन्ला सबै भयो, त्यो केटाकेटीपन हो। ऊ अझै योग्य भएकै छैन। ऊ विचारले पनि योग्य छैन, त्यहाँ पुग्न योग्य हुनु टाढाको कुरा हो।

कठिन छ मार्ग। त्यस कठिनाइबाट खरो उत्रनुपर्छ। त्यसैले यो सूत्र भन्छ–उद्यम चाहिँन्छ। महान् प्रयत्न गर्ने आकाङ्क्षा चाहिन्छ, तीव्र इच्छा चाहिँन्छ, तिमी आफूलाई पूरापूर दाउमा लगाउनसक। मोक्ष खरीद गर्न सकिन्छ, तर तिमीले आफूलाई पूरापूर दाउमा लगाउनुपर्छ; योभन्दा कममा हुँदैन। केही अरू तिमीले दियौ, त्यो दिनु हैन, त्यो मूल्य चुकाएनौ तिमीले। आफूलाई पूरा दिन्छौ भने मूल्य चुक्ता हुन्छ र उपलब्धि हुन्छ।

तेस्रो प्रवचन

योग सूत्र: विस्मय, वितर्क, विवेक

विस्मयो योगभूमिकाः ।	*विस्मय योगको भूमिका हो ।*
स्वपदम् शक्तिः ।	*स्वयंमा स्थिति नै शक्ति हो ।*
वितर्क आत्मज्ञानम् ।	*विर्तक अर्थात् विवेक आत्मज्ञानको साधन हो ।*
लोकानंदः समाधिसुखम् ।	*अस्तित्वको आनन्द भोग्नु समाधि हो ।*

विस्मय योगको भूमिका हो । यसलाई थोरै बुझिहेरौं । विस्मयको अर्थ शब्दकोशमा दिइएको छ– आश्चर्य । तर आश्चर्य र विस्मयमा मूलगत भेद छ । र त्यो भेद बुझिएन भने अलग-अलग यात्राहरू शुरू हुन थाल्छन् । आश्चर्य विज्ञानको भूमिका हो, विस्मय योगको; आश्चर्य बहिर्मुखी छ, विस्मय अन्तर्मुखी; आश्चर्य अरूको सम्बन्धमा हुन्छ, विस्मय स्वयम्कै सम्बन्धमा ।

जसलाई हामी बुझ्न सक्दैनौं; जसले हामीलाई चकित पारिदिन्छ; जसमा हाम्रो बुद्विको ग्रहणशीलता रहँदैन; जुन हामीभन्दा माथिल्लो दक्ष सिद्ध छ; जसको अगाडि हामी एकाएक विलखबन्दमा पर्छौं; जसले हामीलाई मेटाउन सक्छ–यिनैबाट विस्मय उत्पन्न हुन्छ । यो विस्मयको दशा–अतर्क्य, अचिन्त्य हिसाबले आफूलाई दह्रो पारेर हामीभित्र पैदा भयो भने– यस धारालाई हामीले बर्हिमुखी गऱ्यौं भने विज्ञान उत्पन्न हुन्छ । सोच्न लाग्यौं पदार्थका सम्बन्धमा; विचार गर्न लाग्यौं जगत्का सम्बन्धमा; खोज गर्न लाग्यौं रहस्यको, जुन हाम्रा चारैतिर छन्–तब विज्ञानको जन्म हुन्छ । विज्ञान आश्चर्य हो । आश्चर्यको अर्थ हो– विस्मय बाहिरतिरको यात्रामा निस्कियो ।

आश्चर्य र विस्मयमा यो पनि फरक छ । जुन चीजप्रति हामी आश्चर्यचकित हुन्छौं, हामी आज नभएर भोलि त्यस आश्चर्यसँग व्याकुल हुन पुग्छौ; आश्चर्यबाट तनाब उत्पन्न हुन्छ । यसैले आश्चर्यलाई मेटाउने कोसिस गरिन्छ । विज्ञान आश्चर्यबाटै पैदा हुन्छ,

फेरि आश्चर्यलाई नष्ट गर्छ; व्याख्या खोज्छ, सिद्धान्त खोज्छ, सूत्र, साँचो खोज्छ। रहस्य नभेटिएसम्म चैन मिल्दैन। जबसम्म ज्ञान हातमा आउँदैन; जबसम्म विज्ञानलाई हामीले बुझ्यौं भन्न सक्दैनौं, त्यसबेलासम्म चैन हुँदैन।

विज्ञानले जगत्‌बाट आश्चर्यलाई मेटाउन लागेको छ। विज्ञान सफल भयो भने दुनियाँमा यस्तो कुनै चीज रहने छैन, मान्छेले हामी जान्दैनौं भन्न सकोस्। यसको अर्थ भयो जगत्‌मा कुनै परमात्मा बच्ने छैन; किनभने परमात्माको अर्थ नै यो हुन्छ जसलाई हामीले जाने पनि दाबी गर्न नसकियोस्; जुन हामीले जानेपछि पनि जान्नुको शेष रहोस्; जसलाई जानी–जानीकन पनि हामीले चुक्ता गर्न पाएनौं; जसको विस्मयको अन्त्य गर्ने कुनै उपाय नै छैन।

जसलाई हामीले जान्यौं–तिनलाई हामी 'ज्ञात' भनौं; केही यस्ता वस्तु छन्, जसलाई हामीले जानेका छैनौं तर भविष्यमा जान्नेछौं–त्यस्तालाई हामी 'अज्ञात' भनौं; अरू केही यस्ता पनि छन् यस जगत्‌मा, जसलाई हामीले जानेका पनि छैनौं र हामीले जान्न पनि पाउने छैनौं–त्यस्तालाई हामी 'अज्ञेय' भन्छौं। परमात्मा अज्ञेय हो। ऊ तेस्रो तत्व हो। विज्ञान यसैले परमात्मालाई स्वीकार्दैन; किनभने विज्ञान भन्छ त्यस्तो कुनै केही छैन, जुन जान्न नसकियोस्। जानेनौं होला हामीले अहिलेसम्म, हाम्रो प्रयास कमजोर छ; तर आज नभए भोलि, केवल समयको कुरा हो, हामी जानीछोड्छौं। एक दिन जगत् पूराका पूरा जानेरै छोडिनेछ; त्यसमा जान्न बाँकी केही रहने छैन। आश्चर्यबाट पैदा हुन्छ र फेरि आश्चर्यकै हत्यामा संलग्न हुन्छ। यसैले विज्ञानलाई म 'पितृघाती' भन्छु; उसले आफू जसबाट जन्मेको छ, त्यसैलाई समाप्त पार्नमा लागिपर्छ।

धर्म बिल्कुलै विपरीत हुन्छ। धर्म पनि आश्चर्य भावबाटै उत्पन्न हुन्छ; त्यस आश्चर्य भावलाई शिव–सूत्रमा विस्मय भनिएको छ। फरक यति मात्रै हो कि जब कुनै स्थितिमा आश्चर्यबाट भरिएको हुन्छ धार्मिक खोजी, तब त्यो बाहिरको यात्रामा जाँदैन, त्यो स्वयम्‌तिरको यात्रामा लाग्छ। जब कुनै रहस्यबाट ऊ घेरिन्छ तब त्यसले सोच्छ–म जानूँ म को हुँ। रहस्य अन्तर्मुखी बनोस्, यात्रा, खोज भित्रै चलोस्; पदार्थतिर हैन, स्वतिर मेरो खोज उन्मुख होस्; मेरो संधान पहिले म को हुँ जान्नमा लागोस्– त्यस स्थितिमा विस्मय भयो।

अर्को कुरा बुझ्न जरूरी छ, विस्मय कहिल्यै पनि घट्ने हुँदैन; जति हामी जान्दछौं, त्यो त्यति नै बढ्छ । त्यसैले विस्मय विरोधाभास हो; किनभने जान्नुले विस्मय नष्ट हुनुपर्थ्यो । तर बुद्ध, कृष्ण, शिव वा जिससकै विस्मय पनि नष्ट हुँदैन । जुन दिन उनीहरूमा परम् ज्ञान उपलब्ध हुन्छ, त्यसैदिन उनीहरूका विस्मय पनि परम् भइदिन्छ । त्यस दिन उनीहरू भन्दैनन्, हामीले सबै जान्यौं; त्यस दिन उनीहरू यस्तो भन्छन्, सबै जानेर पनि सबै जान्नलाई शेष रह्यो ।

उपनिषद्ले भनेको छः पूर्णबाट पूर्ण झिक्दा पूर्ण नै शेष रहन्छ । सबै जानियोस्, तब पनि सबै जान्नलाई बाँकी रहिनैरहन्छ ।

यसैले धार्मिक ज्ञानले अंहकार जन्माउँदैन; वैज्ञानिक ज्ञानले अहंकार जन्माउँछ । धार्मिक ज्ञानमा तिमी जानेबुझेको कहिल्यै पनि बन्ने छैनौ; तिमी सधैं विनम्र भइरहन्छौ । र जति तिमी जान्दै जानेछौ, त्यति नै तिमीलाई प्रतीत हुन्छ, म केही पनि जान्दिन । परम् ज्ञानको क्षणमा तिमी भन्न सक्नेछौ–मसँग कुनै पनि ज्ञान छैन । परम् ज्ञानको क्षणमा यो पूरा अस्तित्व विस्मय बन्नेछ ।

विज्ञान सफल होस् त सारा जगत् ज्ञात हुनेछ; धर्म सफल होस् त सारा जगत् अज्ञात हुनेछ । विज्ञान सफल होस् त तिमी, जान्नेवाला, अस्मिताबाट भरिनेछौ र सारा जगत् साधारण हुनेछ । किनभने जहाँ विस्मय हुँदैन, त्यहाँ सबै साधारण भएरजान्छ; जहाँ रहस्य हुँदैन, त्यहाँ सबै आत्माहरू हराएर जान्छन्; जहाँ रहस्यको अरू उपाय छैन, त्यहाँ अगाडिको यात्रा बन्द भएरजान्छ; जहाँ जिज्ञासा पूरा भयो, कुतूहलता समाप्त नै भयो । विज्ञानले जित्यो भने जगत्मा यस्तो उत्साह उत्पन्न भइदिन्छ, मानौं यस्तो उत्साह अघि कहिल्यै उत्पन्न भएकै थिएन ।

पश्चिमी जनता बढी 'बोरडम' ले भरिएका छन् भने यसको मौलिक कारण विज्ञान हो; किनभने जनतामा विस्मयको क्षमता काटिँदै गइरहेको छ । जनता कुनै पनि चीजबाट चकित बन्दैनन्; चकित बन्न नै बिर्सिकेका छन् । तिमीले उनीहरूका अगाडि झन्झट पार्नेखालका समस्या देखाउँछौ भने पनि उनीहरू सजिलै भनिदिन्छन्, गाँठो फुकिहाल्छ । किनभने मौलिक रूपमा यस्तो कुनै वस्तु छैन, विज्ञानको दृष्टिमा, जुन अज्ञात रहोस् सधैंका लागि; हामी पर्दा उघारेरै छोड्छौं ।

तर धर्मको यात्रा उल्टो छ। जतिजति हामी पर्दा उघार्छौं, रहस्य उत्तिकै सघन हुँदै गएको पाउँछौ; जति हामी नजिक पुग्छौं, उत्तिकै जान्न मुश्किल पर्छ। र जुन दिन हामी परमात्माको ठीक केन्द्रमा प्रवेश गर्नेछौं त्यस दिन सबै चीज रहस्यपूर्ण हुन्छन्।

बुद्धका लागि आकाशका तारा मात्र रहस्यपूर्ण भएनन्, जमीनका ढुङ्गा–माटो पनि आश्चर्यपूर्ण थिए। बुद्धका लागि यो विराट् मात्र रहस्यमय छैन, क्षुद्रभन्दा क्षुद्र घटना पनि रहस्यपूर्ण हुन्थ्यो। एउटा बीउले जमीनबाट अङ्कुरित हुनु पनि त्यति नै रहस्यपूर्ण हो, जति यो पूरा सृष्टिको जन्म।

जसै–जसै विस्मय घना हुन्छ, त्यसै–त्यसै तिम्रो आँखा सानो बच्चोको जस्तो हुँदै जान्छ; किनभने सानो बच्चाका लागि सबैथोक विस्मय हुन्छ। सानो बच्चो हिँडेको हेर। ऊ बाटोमा हिँडिरहेको छ, हरेक चीजले उसलाई चकित पार्छन्। रङ्गीन ढुङ्गो उसलाई कोहिनूरजस्तो लाग्छ। तिमी हाँस्छौ, किनभने तिमी ज्ञाता हौ; तिमीलाई थाहा छ यो रङ्गीन ढुङ्गो हो। पागल नबन, यो कोहिनूर होइन तर सानो बच्चो त्यस ढुङ्गोलाई खल्तीमा राख्न चाहन्छ। तिमी भनौला, भारी नबोक। र फोहर ढुङ्गो हो, हिलोमा थियो; फ्याँक यसलाई ! तर बच्चोले बलियोसँग समात्छ। किनभने तिमीले बच्चोलाई बुझ्न सकिरहेकै छैनौ, बच्चोका लागि यो विस्मय हो; यो रङ्गीन ढुङ्गो कुनै कोहिनूरभन्दा कम मूल्यवान् छैन। मूल्य विस्मयको हो, ढुङ्गाको कुनै मूल्य हुन्छ र ? एउटै पुतलीले पनि उसलाई यतिविधि सम्मोहित गरिदिन्छ, त्यति परमात्मालाई नै तिमीले भेटे पनि सम्मोहित हुनेछैनौ। ऊ पुतलीको पछाडि दौडन शुरू गरिहाल्छ।

एउटा सानो बच्चोको जस्तो निर्मल दशा हुन्छ, यस्तै विस्मयको परम स्थितिमा– बुद्धत्वको स्थितिमा–कुनै पनि व्यक्तिलाई हुनजान्छ। यसैले जिससले भनेका छन्, जो साना बच्चाजस्तै सरल हुन्छन्, त्यो मात्रै मेरो प्रभुको राज्यमा प्रवेश पाउँछ। जिससले त्यही भनेका छन्, जुन शिव यस सूत्रमा भन्दैछन्।

'विस्मयो योगभूमिका।'

विस्मय योगको प्रथम चरण हो। तब त निकै कुराहरूलाई ध्यानमा राख्न जरूरी हुन्छ।

तिमीसँग जति ज्ञान छ, उति नै योगको भूमिका मुश्किल भएर जान्छ। तिमी जति दम्भ गर्छौ, मैले खुब जानेको छु भन्छौ, उत्ति नै

तिमी योगी बन्न सक्नेछैनौ । जति समय शास्त्र तिम्रो चित्तमा गह्रौ बोझ बनेर बसिरहलान्, उत्ति नै तिम्रो विस्मय नष्ट भएर जान्छ। एकजना पण्डितसँग सोध परमात्माका सम्बन्धमा, त उनले यस्तो उत्तर दिन्छन्, जस्तो परमात्मा भनेको कुनै उत्तर दिने वस्तु हुन्; जस्तो कि कुनै उत्तर सजिलै दिन सकिन्छ । पण्डितलाई सोध, उनीसँग उत्तर छ । तिमीले सोधेका पनि थिएनौ, तैपनि उनीसँग उत्तर तयारै थियो । परमात्मा पनि उनलाई चुप गराउँदैनन् । उनीसँग सूत्र सबै निश्चित छन्, उत्तिखेरै उनले बुझाइदिन सक्छन् ।

तर बुद्ध कहाँ जाऊ, सोध परमात्माका सम्बन्धमा, बुद्ध चुप बस्छन् । शायद तिमी यही सोचेर फर्कन्छौ– किनभने थुप्रै पण्डित बुद्ध कहाँबाट यही सोचेर फर्किए– यो मान्छे चुप बस्यो, यसको अर्थ हो यसलाई थाहै छैन । यो मान्छे यसकारण चुप बस्यो विस्मय त द्वार हो । तिमी बुद्धिमान् हुन्थ्यौ त तिमी रोकिने थियौ यो मान्छेका सामु, जसले उत्तर दिएन । तिमीले यो मान्छेलाई चिन्ने कोसिस गरेका हुन्थ्यौ त; यसको आँखामा नियाली हेरेका हुन्थ्यौ; यसको सत्सङ्गमा यसको सान्निध्यमा तिमी रहेका हुन्थ्यौ; किनभने उसलाई अलिकति स्वाद मिलेको छ, र त्यो स्वाद यति स्वादिष्ट छ, शब्दबाट त्यसलाई व्यक्त गर्न सकिन्न; र यसलाई कुनै यस्तो दर्शन मिलेको छ जसको उत्तर बनाएरै बन्दैन ।

प्रश्न र उत्तर स्कुले बच्चाबच्चीको कुरा हो । तिम्रो प्रश्न नै बेढङ्गी र खराब छ । परमात्माका सम्बन्धमा त कुनै प्रश्न सोध्नै सकिन्न । विराट्का सम्बन्धमा कुनै प्रश्न कसरी सोध्न सकिन्छ ! विराट्का सम्बन्धमा त प्रश्न–उत्तर दुवै रद्द हुन्छन् । तिम्रो प्रश्न क्षुद्र छ । त्यसैले बुद्ध चुप बसे । तर तिमी शायद यो सोचेर फर्कियौ, यो मान्छेले जानेको भए जवाफ दिन्थ्यो । यसले जवाफ दिएन, यसलाई थाहै छैन । तिमीले पण्डितलाई चिनेका छौ; किनभने तिम्रो शिर पनि शब्दले भरिएको छ । तिमीले ज्ञानीलाई चिन्न सक्दैनौ; किनभने ज्ञानी विस्मयले भरिएका छन् र तिम्रो विस्मय नष्ट भइसकेको छ ।

जगत्मा ठूलोभन्दा ठूलो दुर्घटना भएको छ त्यसको कारण हो विस्मय नष्ट हुनु । जुन दिन तिम्रो विस्मय नष्ट हुन्छ, त्यसै दिन तिम्रा लागि छुट्काराको उपाय मुश्किल भयो । जुन दिन तिम्रो विस्मय नष्ट भयो, त्यसै दिन तिम्रो बाल–हृदय मऱ्यो, जड भएर गयो, तिमी बूढो भयौ ।

के अब पनि तिमी चकित छौ ? के जीवन तिमीलाई प्रश्नझैं लाग्छ ? चारैतिरबाट आएका चराचुरूङ्गीका आवाज, झरनाको झर्झर, वृक्षहरूलाई चलाउँदै हिंड्ने हावाको झोक्का आदिले तिमीमा रोमाञ्चकता भर्दैन ? तिमी आल्हादित हुन्छौ ? तिमी जीवनलाई देख्दा चकित हुन्छौ ?

हुँदैनौ; किनभने तिमीलाई थाहा छ, यो पन्छीहरूको आवाज हो, यो खलबली हावाले वृक्षमा आउँदा बनाएको आदि– तिमीसँग सबैको उत्तर छ। उत्तरहरूले तिमीलाई सताएका छन्। तिमी ज्ञानभन्दा पहिल्यै ज्ञानी भयौ।

'विस्मयो योगभूमिकाः।'

जसले योगमा प्रवेश गर्न चाह्यो, त्यसका लागि विस्मय द्वार हो। आफ्नो बाल्यकाललाई फर्काऊ। फेरि सोध ! फेरि कौतुहल गर ! फेरि जिज्ञासा जगाऊ ! र तिमीभित्र जहाँ–जहाँ जीवनको स्रोत सुकेर गएको छ, फेरि हरियो बन्नेछ, जहाँ–जहाँ ढुङ्गा भरिएका छन्; त्यहाँ–त्यहाँ झरना फेरि प्रकट भइदेला। तिमी फेरि आँखा खोल र चारैतिर हेर। सबै उत्तर झुटा हुन्। किनभने तिम्रा सबै उत्तरहरू उधारोमा लिइएका हुन्। तिमीले आफैं जानेका केही छैनन्। तर तिमी उधारो ज्ञानहरूबाट यसरी भरिएका छौ तिमीलाई मैले खुब जानेको छु भन्ने भ्रम भइरहन्छ।

विस्मयलाई जगाऊ। जबसम्म विस्मय जाग्दैन, तिम्रा आसन, प्राणायामबाट केही उपलब्धि हुँदैन। किनभने आसन, प्राणायाम सबै शरीरसम्बन्धी हो। ठीक छ, शरीर-शुद्धि होला, शरीर स्वस्थ होला; तर शरीरको शुद्धि र शरीरको स्वास्थ्यले तिमीलाई परमात्मासँग भेटाउँदैनन्।

विस्मय मनको शुद्धि हो। विस्मयको अर्थ हो–मन सबै उत्तरहरूबाट मुक्त भयो। विस्मयको अर्थ हो–तिमीले मिल्काइदियौ उत्तरका फोहरहरूलाई; तिम्रो प्रश्न फेरि नयाँ र ताजा भयो र तिमीले आफ्नो अज्ञानलाई बुझ्यौ। विस्मयको अर्थ हो–म जान्दिनँ। पाण्डित्यको अर्थ हो–मैले खुब जानेबुझेको छु। जति तिमीले जानेका छौ, उत्तिनै तिमी अज्ञानी छौ। तिमी सरल भावले भन्न सक्छौ– मलाई केही पनि थाहा छैन, यो सारा जगत् अज्ञात छ; मैले जे जाने-बुझेको छु ती सबै कामचलाऊ मात्रै हुन; मैले अहिलेसम्म केही कुनै जानेको छैन। यस्तो प्रतीति जति गहिरोसँग तिम्रो हृदयमा

बस्छ, सम्झ तिमीले योगमा प्रवेश गर्‍यौ । फेरि दोस्रो कदम सजिलो छ । तर पहिलो कदममा नै चूक भयो भने फेरि तिमी जतिसुकै यात्राको फेरो लगाऊ, त्यसबाट कुनै समाधान निस्कँदैन । किनभने जसको पहिलो कदम गलत हुँन्छ, ऊ गन्तव्यमा पुग्नै सक्दैन । पहिलो कदम जसको सही ठाउँमा चल्यो, उसको आधा यात्रा यसै पूरा भयो । विस्मय पहिलो कदम हो ।

ध्यानले हेर । तिमीसँग ज्ञान छ ? तिमीले अलिकति पनि ध्यानसँग हेर्‍यौ भने बुझिहाल्छौ तिमीमा ज्ञान छैन; जे छन् सबै फोहर हुन । बटुलेका थियौ–शास्त्रबाट, गुरूहरूबाट, सन्तहरूबाट; त्यसैलाई तिमी बहुमूल्य नासोझैं सञ्चित गरेर बसेका छौ । तिमीलाई केही पनि दिइको छैन, केवल तिम्रो विस्मयको हत्या गरियो । तिम्रो विस्मय तड्पिएको छ, मरेझैं भएको छ; अब तिमी चकित छैनौ । अब तिमीलाई कुनै पनि चीजले चकित पार्दैन ।

ईसाई फकीर इकहार्टले अनौठो कुरा भनेका छन् । उनले भने- सन्त त्यो हो, जसलाई हरेक चीजले चकित पार्छ । हरेक चीज, स-साना घटनाहरूले चकित पारिदिन्छन् । पानीमा ढुङ्गा खस्छ भने आवाज आउँछ, लहर उड्छ– सन्तलाई चकित पारिदिन्छ । यो विस्मयपूर्ण छ ! रहस्यपूर्ण छ ! सन्त श्वास लिन्छन्, जिउँछन्– यी पनि हुनसम्म चकित पार्नेवाला हुन् ।

इकहार्ट सधैं बिहानको प्रार्थनामा परमात्मासँग भन्थे- आज फेरि बिहान भयो । आज फेरि सूर्य उदाए । तेरो लीला अपार छ ! नउदाएका भए के गर्थे ? के उपाय थियो ? मान्छे विवश छ ।

इकहार्ट भन्थे, आज सास आउँछ, भोलि नआउला, अनि म के गरूँला ?

तिमी सास लिन सक्दैनौ । सास तिम्रो बसमा छैन । यति नजिक छ श्वास, फेरि पनि तिमी त्यसको मालिक होइनौ । गयो बाहिर र फर्किएन, फेरि फर्किंदैन । यति नजिक जो छ, त्यसैको पनि हामी ज्ञाता र मालिक होइनौं । हामी आफूले जे पनि जानेका छौ भन्ठान्छौं ।

यही भ्रमले त तिमीलाई विताएको छ । यो फोहरलाई हटाइदेऊ र हलुका बन । त्यत्तिखेरै तिम्रा आँखा ज्ञानबाट भरिएनन् भने रहस्यबाट भरिन्छन् । त्यही रहस्यको अन्तरयात्राको नाम विस्मय हो, बाहिरको यात्राको नाम आश्चर्य हो ।

यस रहस्यलाई तिमीले पदार्थतिर लगेर जोडिदिन्छौ भने तिमी वैज्ञानिक बन्नेछौ। त्यो रहस्यलाई तिमीले स्वयम्‌को सत्तामा लगाइदिन्छौ भने तिमी एक महायोगी बन्नेछौ। र दुवैको परिणाम भिन्न हुनेछ। किनभने आश्चर्य हिंसात्मक हुन्छ; विस्मय अहिंसात्मक हुन्छ। आश्चर्य जतातिर लाग्छ, भत्काउन थाल्छ, विश्लेषण गर्छ; किनभने आश्चर्यमा एक बेचैनी हुन्छ। विस्मयमा रस हुन्छ।

यस फरकलाई पनि ठीकसँग बुझ। शब्दकोषमा यसको उल्लेख छैन; हुन पनि सक्तैन; किनभने शब्दकोष बनाउनेलाई विस्मयको कुनै अत्तोपत्तो थिएन।

आश्चर्य हिंसात्मक हुन्छ, आक्रामक हुन्छ। तिमी जुन चीजप्रति आश्चर्यले भरिन्छौ, एक तनाव उत्पन्न हुन्छ। त्यस तनावलाई हल गर्नैपर्छ। जबसम्म त्यो जिज्ञासा पूरा हुँदैन, एक बेचैनी तिम्रो टाउकोमा घुमिरहन्छ। वैज्ञानिक आफ्नो प्रयोगशालामा जुटिरहन्छ अट्ठार-अट्ठार घण्टा, केका लागि ? उसमा एक बेचैनी छ; मानौं भूत–प्रेतले उसलाई समातेको छ। जबसम्म त्यसको हल निस्कदैंन, ऊ एकोहोरो लागिरहन्छ।

तर विस्मय आक्रामक हुँदैन र त्यो बेचैनी पनि होइन; किन्तु विस्मय एक विश्राम हो। जब कुनै व्यक्ति विस्मयले भरिन्छ त एकदम विश्राममा हुन्छ। विस्मयलाई मेटाउने होइन, विस्मयलाई पिउनुपर्छ। विस्मयको त स्वाद लिनुपर्छ। विस्मयमा लीन बन्नु हो, एक बन्नु हो। आश्चर्य मेटाउनतिर लाग्छ; विस्मय जीउनमा लाग्छ। विस्मय जीवनको एक शैली हो; आश्चर्य मनुष्यको मनको एक हिंसात्मक रूप्प हो।

यसैले विज्ञान विजयको भाषामा सोच्छ, भन्छ- टुक्रयाउ, फोर, जीत। धर्म समर्पणको भाषामा सोच्छ–आफैंलाई विलय गराउँछ। जब तिमीभित्र विस्मयको प्रवेश हुन्छ, विस्मय तिमीमा यस किसिमले लीन हुनेछ, जस्तो तिमीले एक चिम्टी नुन पानीमा हाल्यौ भने सबै पानी नुनिलो बन्छ। जुन दिन तिमी विस्मयले भरिनेछौ त्यस दिन तिमी विस्मय बन्नेछौ। रौं–रौं विस्मयले भरिनेछ। उठ्यौ त विस्मय, बस्यौ त विस्मय। तिमी सधैं चकित हुनेछौ। हरेक चीज रहस्यपूर्ण लाग्नेछ। क्षुद्रतम् पनि विराट् कै हिस्सा हुनेछ। किनभने क्षुद्रमा पनि विस्मय जोडिन्छ, तब क्षुद्र पनि विराट् भइंदिन्छ। तब जानिएको कुनै केही हुँदैन, सबैतिरबाट रहस्यले तिमीलाई घेरेको हुन्छ। तब

प्रतिफल नयाँ भइराखेको हुन्छ र प्रतिफलले नयाँ निमन्त्रणा दिइरहेको हुन्छ । विस्मय एक आमन्त्रण हो ।

मुल्ला नसरूद्दीन चुनावमा उमेदवार बने । उनी भोट माग्न घर–घर गए । गाउँमा एकजना पादरी थिए, उनको द्वारमा पनि पुगे । त्यसबेला पनि उनको मुखबाट मदिराको गन्ध आइरहेको थियो । पादरी असल मान्छे थिए । सीधै–सीधै केही भन्नु अशिष्टता हुन्थ्यो । उनले नसरूद्दीनसँग भने, मलाई केवल एउटा कुरा सोध्नुछ । सन्तोषजनक उत्तर दियौ भने, मेरो भोट तिमीलाई नै भयो । तिमीले कहिल्यै मदिरा पिएका छौ ? सोध्नु त यसमा केही नै थिएन, मदिरा त उनले पिएकै थिए । नसरूद्दीन केही विस्मित हुँदै भने, यसको जबाफ दिनुभन्दा पहिले, एउटा प्रश्न मैले पनि गर्नुछ । तपाईंको प्रश्न जाँच-बुझ हो कि आमन्त्रण ?

त्यो जाँच–बुझ; विस्मय आमन्त्रण थियो । विस्मय एक भित्री आमन्त्रण हो । जसैजसै तिमी भित्र पस्छौ, त्यसैत्यसै डुब्दै जान्छौ । एकदिन यस्तो स्थिति आउनेछ तिमी बच्ने छैनौ र विस्मय मात्रै बच्नेछ । त्यस दिन परम् ज्ञान घटित हनेछ । तिमीले आश्चर्य मान्यौ भने एक दिन त्यस्तो समय आउला, तिमी मात्रै बाँच्नेछौ र आश्चर्य बाँच्ने छैन । यो विज्ञानको निर्माण हो । अहंकार रहिरहन्छ, आश्चर्य नष्ट भएर जान्छ । विस्मयतिरको यात्रामा गयौ भने तिमी नष्ट हुन्छौ, विस्मय बच्नेछ; रौं–रौंमा त्यही स्वाद भरिनेछ । तिमी हुनु नै विस्मयपूर्ण हुनेछ ।

यसलाई शिवले योगको भूमिका भनेका छन् । ज्ञानलाई हटाऊ । विस्मयले भर । कठिन लाग्नेछ शुरूमा, किनभने तिमीलाई मैले सबै जानेको छु भन्ने भ्रम छ ।

डि.एच. लरेन्स एक महान् र मूल्यवान् विचारक बने । उनी सानो बच्चोसँग बगैंचामा घुम्दै थिए । त्यो सानो बच्चोले सोध्यो, रूख किन हरिया हुन्छन् ?

साना बच्चाहरूले मात्र यस्ता ताजा प्रश्न गर्न सक्छन् ! तिमीले त यस्ता सवाल नै सोच्न सक्दैनौ । तिमी भन्नेछौ, वृक्ष हरिया छन्, यसमा सोध्नुपर्ने के छ ? यो कुनै सवाल हो ? यो मूढ भएछ । तिमी फेरि पनि सोच– वृक्ष हरिया किन छन् ? तिमीलाई उत्तर थाहा छ ?

तिमीमध्ये कोही विज्ञानका विद्यार्थी छौ भने त्यसले भन्नेछ– क्लोरोफिलको कारण रूख हरिया हुन्छन् । तर यसबाट बच्चोको प्रश्नको हल निस्कँदैन । बच्चोले सोध्नेछ, वृक्षमा क्लोरोफिल किन हुन्छ ? आखिर क्लोरोफिल वृक्षमा हुनुको के जरूरत छ ? र मान्छेमा किन हुँदैन ? क्लोरोफिलले कसरी वृक्षलाई खोजिरहन्छ ? किनको कुनै सवाल क्लोरोफिलबाट हल हुँदैन ।

विज्ञानले दिने जवाफ सबै यस्तै हुन्छन् । त्यसबाट प्रश्न केवल एक सिँढी अरू पछि हटेर जान्छ, यत्ति हो । तिमी समझदार छौ भने प्रश्न फेरि उठाउन सक्छौ । विज्ञानसँग किनको कुनै उत्तर हुँदैन । त्यसैले विज्ञानले विस्मयलाई नष्ट गर्न सक्दैन; केवल नष्ट गरें भन्ने भ्रम पैदा गरिदिन्छ ।

डि.एच. लरेन्स वैज्ञानिक थिएनन्; उनी कवि थिए, उपन्यासकार थिए । उनीसँग संचेतना थियो, सौन्दर्यको । उनी उभिए । सोच्न लागे । उनले बच्चोसँग भने, मौका देऊ; किनभने यसको उत्तर मलाई थाहा छैन ।

तिम्रा बच्चाहरूले पनि तिमीसँग कैयौंपटक यस्ता सवाल गरे होलान् । तिमीले कहिल्यै उनीहरूलाई यसको उत्तर मलाई थाहा छैन भन्यौ ? यसो भन्दा अहंकारमा चोट लाग्छ । हरेक पिता आफूलाई जे पनि थाहा भएको अभिनय गर्छ र केटाकेटीहरूको प्रश्नको जवाफ दिन्छ । बच्चाले सोध्छ, पिताले जवाफ दिन्छ । यिनै जवाफका कारण पिताले प्रतिष्ठा गुमाउँछ पछि गएर; किनभने बच्चोलाई एक न एक दिन थाहा भइहाल्छ मेरा पितालाई त केही पनि थाहा रहेन छ । तिमीलाई केही पनि भन्नु थिएन । तिमीले व्यर्थै जवाफ दिदैरह्यौ । जस्तो अज्ञानी म छु, त्यस्तै नै तिमी हौ । तिम्रो उमेर पाको थियो, तिम्रो अज्ञान पुरानो थियो । हो, यति मात्र अमिल्दो कुरा थियो । साना बच्चालाई तिमी प्रत्येक प्रश्नको जवाफ दिइहाल्छौ । सानो बच्चोले तिमीमा भरोसा गर्छ । त्यसले मान्छ तिम्रो उत्तर ठीक छ । तर कति दिनसम्म मान्ला ?

डि एच लरेंन्स उभिए । उनले भने म सोचूँला । तिमीले बढी नै जिद्दी गर्‍यौ भने म केवल यत्ति भन्छु, वृक्ष हरियो छ, किन भने त्यो हरियो छ । यसको अरू कुनै उत्तर छैन । म आफैं यो रहस्यले भरिएको छु ।

तिमीले आँखाबाट थोरै ज्ञानको पर्दा हटायौ भने तिमीले चारैतिर रहस्य उभिएको पाउनेछौ। वृक्ष हरियो छ, यो पनि रहस्यपूर्ण हो। हरियो वृक्षमा राता फूल फूलिरहेका छन्, यो झन् रहस्यपूर्ण छ। एउटा जाबो सानो बीजमा यति बिराटकायका वृक्ष लुकेका छन्, यो पनि रहस्यपूर्ण छ। एउटा बीजलाई तिमीले जतनसँग राखेका छौ, सयौ–हजारौं वर्षपछि रोप, वृक्ष उम्रिएर आउँछन्। जीवन शाश्वत जस्तो लाग्छ। हरेक घडी रहस्यपूर्ण छ, रहस्यले भरिएको छ।

तिमीले जसै आफ्ना आँखा चिम्लियौ, तिमी निश्चिन्त भयौ। निश्चिन्तता तिम्रो जडता हो। तिमीमा हिच्किचाहट पनि छैन। यसको कुनै कारण छ। किनभने यसबाट अंहकारलाई मैले जानेबुझेको छु भन्ने आश्वासन प्राप्त भइरहन्छ। मैले जानेबुझेको छु लाग्छ भने यो सुरक्षा बन्यो। मैले बुझेजानेको छैन भन्ने लाग्छ भने यसबाट सबै सुरक्षा हराएझैं भएर जान्छ। थाहा त तिमीलाई केही पनि ज्ञान छैन। मैले केही जानेको छैन भन्ने कुराले पीडा पुऱ्याउँछ। त्यसैले तिमी जे फेला पऱ्यो समातिहाल्छौ। त्यान्द्रोलाई पनि समात्छ डुम्न लागेकाले, त्यान्द्रोको पनि सहारा लिन्छ। तिमीले जे समातेका छौ, यो त त्यान्द्रो पनि होइन। त्यान्द्रोको सहाराबाट शायद कोही बच्न पनि सक्ला, तर तिमीले जे समातेका छौ, त्यो त त्यान्द्रो पनि हैन; त्यो त केवल सपना हो, केवल अलिखित शब्द हो।

एकजना मान्छेलाई म ईश्वरबारे जानकारी राख्छु भन्ने भ्रम थियो। यो कुरा नै त्रुटिपूर्ण छ, मान्छे भन्छ मलाई पक्का थाहा छ। 'पक्का' को मतलब हुन्छ तिमीले ईश्वरको रहस्यलाई खोज्यौ ! 'पक्का' को अर्थ हुन्छ तिमी त्यसको पनि आर–पार भयौ, त्यसको पनि नाप-जोख गऱ्यौ ! 'पक्का' को अर्थ हुन्छ त्यसको पनि मापन गऱ्यौ, तिमीले जोख्यौ तराजुमा ! जाँच–बुझ गऱ्यौ प्रयोगशालामा ! अरू पक्काको के अर्थ हुन सक्छ ?

अर्को मान्छे छ, उसलाई पक्का जानकारी छ कि ईश्वर छैन। यी दुवै मूढ हुन् र दुवैको रोग एकै हो। एकजनाले आफूलाई आस्तिक भन्छ, अर्कोले नास्तिक; तर दुवैमा रौंजति पनि फरक छैन। गहिराइमा दुवैको रोग एकै हो, दुवै आफूलाई जानकार ठान्छन्। र दुवैबीच विवाद चर्किन्छ।

ज्ञानबाट विवाद पैदा हुन्छ; विस्मयबाट संवाद पैदा हुन्छ। जब तिमी विस्मयले भरिन्छौ, तिम्रो जीवनमा संवाद आउँछ। कोही महावीरकहाँ पुग्थ्यो र भन्थ्यो, ईश्वर छ। उनी भन्थे, छ। कुनै नास्तिक जान्थ्यो र भन्थ्यो, ईश्वर छैन। उनी भन्थे, छैन। कुनै दुवै नमान्नेवाला अज्ञेयवादी, एग्नास्टिक पुग्थ्यो, महावीर त्यसलाई भन्थे, छ पनि र छैन पनि।

सुन्दै अनौठा उत्तर दिए महावीरले। किनभने हामी चाहन्छौं– उत्तर स्पष्ट होस्, सीधा होस्; गल्ती नै किन नहोस्, स्पष्ट हुनुपर्छ। ध्यानमा राख, यो जगत् यति जटिल यहाँ स्पष्ट उत्तर पनि गलतै हुन्छ। यहाँ जुन उत्तर विरोधाभासी छैन, त्यो गलतै हुन्छ। यहाँ जुन उत्तरले आफूभन्दा विपरीतको उत्तरलाई पनि समेट्छ, त्यो नै सही हुन्छ; किनभने जगत्‌ले आफूभन्दा विपरीतलाई पनि समेटेको छ। यहाँ जन्म पनि छ र मृत्यु पनि छ। यहाँ स्वच्छ मार्ग छैन। यहाँ अँध्यारो पनि छ र प्रकाश पनि छ। यहाँ शुभ पनि छ, अशुभ पनि छ। यहाँ दुवै सँग-सँगै बाँचिरहेका छन्। यहाँ पापी र पुण्यात्मा फरक-फरक छैनन्, दुवै सँगसँगै बाँचिरहेका छन्। दुवै एकै सिक्काका दुई पाटा हुन्। परमात्माले दुवैलाई आफूमा समेटेका हुन्छन्। अस्तित्व ठूलो छ। त्यो कुनै तर्कको कसीमा घोटघाट् काटछाँट गरिएको हैन, अतर्क्य छ। त्यहाँ दुवै एकअर्कासँग आवद्ध छन्।

जुन्नैदले एकरात परमात्मासँग प्रार्थनामा भने- म जान्न चाहन्छु, यो गाउँमा कुनै यस्तो मान्छे छ, जो महापापी छ; किनभने त्यसलाई हेरेर, त्यसलाई बुझेर म पापबाट बच्ने कोसिस गर्नेछु। त्यसपछि मसँग यो महापापी हो, यस्तो जीवनबाट बच्नुपर्छ भन्ने मापदण्ड हुनेछ।

आवाज आयो- तिम्रो छिमेकी!

चकित परे जुन्नैद। उनले कहिल्यै सोचेका पनि थिएनन् उनका छिमेकी पापी छन् भनेर! साधारण मान्छे थिए, काम–धन्दा गर्थे, पसल चलाउँथे; महापापी होलान् भन्ने त सोचेका पनि थिएनन्। उनको त सोचाइ थियो, महापापी होला कोही रावण, महापापी कोही होला कुनै महादुष्ट, शैतान। यो मान्छेले पसल चलाउँछ, जहान–केटाकेटी पाल्छ। ठूलो सोचमा पर्न गए। यो मानिस त साधारण छ। उसलाई महापापी कसैले पनि भन्दैन।

अर्को रात उनले फेरि प्रार्थनामा भने, तिमीले जो भन्यौ ठीक; अब मलाई एक अर्को मापदण्ड चाहिएको छ, यस गाउँमा सबैभन्दा ठूलो महात्मा, पुण्यात्माको छ त्यसबारे मलाई भनिदिनू ।

परमात्माले भने, त्यही मान्छे, जो तेरै छिमेकमा छ ।

जुन्नैदले भने, तिमी त मलाई मुश्किलमा पार्दै छौ, म यसै पनि ठूलोमुश्किलमा छु । दिनभर त्यस मान्छेलाई चिहाइरहे, त्यस्तो कुनै महापाप देखेनन् । र अब अर्को झन्झट थपियो, पुण्यात्मा पनि उही रे ।

आवाज आयो– मेरो दुनियाँमा यी दुवै पक्षहरू गाँस्सिएका छन् ।

मानिसहरू केवल बुद्धिले भत्काएर चीजलाई हेर्ने गर्छन् । यहाँ ठूलाभन्दा ठूला सन्तको पछाडि पनि छायाँ पर्छ । यहाँ ठूलाभन्दा ठूला पापीको अनुहारमा पनि प्रकाश छ । यसैले त यो सम्भव छ, पापीले चाहेमा आफूलाई सन्त भनिदिन्छ, सन्तले चाहेमा ऊ पापी बनिदिन्छ । यति सजिलै बदलिन यसैले सम्भव भयो, यी दुवै पक्षहरू लुकेका छन् एकैमा ।

अँध्यारो र उज्यालो अलग–अलग होइनन्; रात र दिन गाँस्सिएका छन् । तर्कले छुट्याउँछ र स्पष्ट मार्ग बनाँउछ । तर्क यस्तो हो जस्तो कि तिमीले एक सानो बगैंचा बनायौ सफा–स्वच्छ, काट-छाँट गरेर । जीवन जङ्गलजस्तो हो । त्यहाँ कुनै सफा-स्वच्छ हुँदैन । त्यहाँ सबै चीज एक–अर्कोसँग गाँसिएका हुन्छन् ।

जसले जीवनलाई बुझ्न हिँडेको छ, उसले बनिबनाऊ उत्तरबाट बच्ने क्षमता राख्नुपर्छ । पुरानैलाई मान्नुमा सुरक्षा त हुन्छ; किनभने त्यसबाट तिमीलाई आश्वासन मिल्छ, मलाई थाहा छ । मलाई थाहा छ भन्ने बित्तिकै, तिमीमा हिम्मत आउँछ, जिन्दगीमा अघि बढ्ने भरोसा बढ्छ । त्यसैले तिमी डराउँछौ ज्ञानको त्याग गर्न । त्यसैले ठूलै पीडा हुन्छ । तिमीबाट कसैले धन खोसोस्, त्यति आपत्ती हुँदैन, फेरि कमाइएला भन्छौ । र धन भनेको माटो नै हो–तिमीले जानेकै थियौ । तिमीबाट कसैले पद खोसोस्, कुनै ठूलो चिन्ताको विषय होइन, तिमी आफैंले पनि त्याग्न सक्छौ । तर ज्ञान !

यता म देख्छु, एउटा अनौठो घटना भइरहेको छ । एकजनाले समाज छोडिदिन्छ, गाउँ छोडिदिन्छ, घर छोडिदिन्छ, पत्नी–परिवार छोडिदिन्छ; तर ऊ जैन छ भने ऊ हिमालयमा पनि जैन भइरहन्छ; हिन्दु छ भने ऊ हिन्दु नै रहिरहन्छ, मुसलमान मुसलमाननै

भइरहन्छ। जुन समाजलाई छोडेर ऊ हिमालमा आयो, त्यसैले उसलाई तिमी मुसलमान हौ भन्ने ज्ञान दिएको थियो, त्यसैले यो ज्ञान दिएको थियो यो कुरान साँचो किताब हो बाँकी सबै किताबहरू गलत हुन्। ऊ सबैलाई छोडेर आयो, तर ज्ञानलाई बोकेर आइपुग्छ हिमालयसम्म पनि। कतै केही पनि बदलिएको छैन यो मान्छेको जिन्दगीमा; किनभने ज्ञानमाथिको भरोसा उसलाई यहाँ पनि छँदैछ।

ज्ञानलाई तिमी छोड, अनि जहाँ तिमी उभिएका छौ त्यहीँ हिमालय आउँछ। हिमालयको अर्थ नै यत्ति हो कि जहाँ सबै रहस्यपूर्ण छन्; जहाँ उत्तङ्ग शिखर छ, जसलाई तिमी छुन सक्दैनौ; र जहाँ अनन्त खाडलहरू छन्, जसमा तिमी झर्न सक्दैनौ; जुन हाम्रा सबै मापनका साधनले नभेट्नेखाले विशाल छन्।

विस्मयको अर्थ होः जहाँ तिम्रो बुद्धि व्यर्थ भएर जान्छ; जहाँ तिम्रो अहंकार असमर्थ बन्छ; जहाँ तिमी एकदमै असहाय बन्छौ; तिमी रून्छौ त्यहाँ, हास्छौ त्यहाँ, तर बोल्न सक्तैनौ।

भनिन्छ मूसा जब सिनाई पर्वतमा पुगे, उनी रोए पनि, हाँसे पनि, तर बोलेनन्। फर्किएपछि उनका शिष्यहरूले सोधे, यो के भयो ? परमात्मा अगाडि नै थिए ! र परमात्मा स्वयम्ले भने, मोजेज ! जुत्ता बाहिरै फुकालेर आऊ; किनभने यो पवित्र भूमि हो। यहाँ म छु। तब तिमीले जुत्ता फुकाल्यौ। तिमी रोयौ पनि, तिमी हाँस्यौ पनि, बोलेनौ किन ? यस्तो मौका किन छोडिदियौ ? जे पनि सोध्न मिल्नेखालका थिए, सोध्नुपर्थ्यो। एउटा साँचो माग्नै त पर्थ्यो, जसबाट सबै ताल्चाहरू खुलोस्।

मोजेजले भने, जब उनी अगाडि थिए, शुद्धिबुद्धि नै हरायो; त्यसबेला हृदय मात्रै थियो। खुशीले म रोएँ पनि, खुसीमा म हाँसे पनि।

रमाइलो पक्ष यस्तो छ जिन्दगीको कि खुसीमा तिमी रून पनि सक्छौ र हाँस्न पनि सक्छौ। यसैले यसरी नसोच, जो रून्छ, ऊ दुःखमा नै रून्छ–त्यो तर्कको हिसाब हो। जिन्दगीले तर्कलाई मान्दैन, सबै तर्कहरूका सीमा भत्काएर जिन्दगीरूपी नदी बाढीझैं बग्छ। मान्छे खुशीमा रून पनि सक्छ। त्यसबखत उसको आँसुको गुणधर्म बदलिएको हुन्छ। त्यसबखत आँसुमा आनन्दको झलक हुन्छ। हाँस्न पनि सक्छ। यो विपरीत एकमात्रैलाई प्रकट गर्ने बन्न सक्छ। यो नै जीवनको रहस्य हो।

मोजेजले भने, हृदयमात्रै थियो, मेरो शुद्धिबुद्धि त हराइहाल्यो। जहाँ मैले जुत्ता फुकालेको थिएँ, लाग्छ त्यहीँ नै टाउको पनि छुटेछ।

मन्दिरको बाहिर जुत्ता मात्रै नछोड, शिर पनि त्यही छोड। जुत्तासँगै जसले शिरलाई मन्दिर बाहिरै राख्छ, ऊ नै मन्दिरमा प्रविष्ट हुन्छ। जुत्ता र शिरबीच ठूलो मेल छ। यसैले जब तिमी कसैसँग ऋुद्ध बन्छौ त जुत्ताले त्यसको शिरमा हान्छौ। साधुले आफ्नो जुत्ताले आफ्नै शिरमा हान्छ। यी दुई किनारा हुन्। यी दुई अति हुन्। एकातर्फ जुत्ता छ, एकातर्फ शिर छ, दुइका बीचमा तिमी छौ। त्यो जुन मध्यबिन्दु छ तिम्रो, त्यहाँ सबै विपरीत मिसिइरहेका छन्। त्यहाँ तिम्रा गोडा र त्यहाँ तिम्रो शिर एकै ठाउँमा छन्– त्यहीँ हृदय छ।

मोजेजले भने, रोएँ, हाँसे; किनभने विस्मयबाट भरिन पुगें, अवाक् रहन गएँ। भोजेजले भने, अब सुत्नै सक्दिन; अहिले जो देखें, त्यसलाई बेवास्ता गर्न सक्दिन; अब जे भयो, त्यसलाई नामेट पार्न सम्भव छैन। त्यो मोजेज जेजस्तो पहिले थियो, अब त्यही रहेन। अब म अर्कै मान्छे हुँ। यो एक नयाँ जन्म हो।

यसलाई हिन्दुमा 'द्विज' भनिन्छ–जब कुनै मान्छेको यसरी दोस्रो जन्म होस्। सबै ब्राह्मणहरू द्विज होइनन्। कहिलेकाहीँ कुनै ब्राह्मण मात्र द्विज हुन पाउँछ। द्विजको अर्थ जनै लगाउनुसँग छैन। द्विज शब्दको अर्थ होः जसको जन्म दोस्रोपटक भएको छ। यही नै मोजेजले भनेका हुन्, म द्विज हुँ, 'ट्वाइस बर्न'। अब म अर्कै मान्छे हुँ; अब त्यो पहिलो मान्छे मृत भइसक्यो।

विस्मयबाट तिमी पर जान्छौ भने तिम्रो पुरानो मरेर जान्छ र नयाँको जन्म हुन्छ। र तिमी विस्मयमा रोकियौ भने त्यो अवस्थामा प्रतिपल नयाँ जन्मन्छ र पुराना नष्ट भएर जान्छन्; प्रतिपल पुरानो जान्छ र नयाँ आउँछ। फेरि तिम्रो धारा शाश्वत रहन्छ। फेरि तिमी कहिल्यै पनि जीर्ण बन्दैनौ; फेरि तिमीलाई शाश्वत जीवनको स्फुरण मिल्नपुग्छ।

यसैले शिव भन्नुहुन्छः *'विस्मय योगको भूमिका हो।'*

दोस्रो सूत्र छः *'स्वपदम् शक्तिः ।* स्वमा स्थित हुनु शक्ति हो।'

विस्मय भूमिका हो। विस्मयको अर्थ होः भित्रतिरको यात्रा; म को हुँ, यो प्रश्नको अन्तर खोज। बाहिर गयौ, आश्चर्य; बाहिर गयौ,

तर्क; बाहिर गयौ, विज्ञान। भित्र आयौ– विस्मय, ध्यान, प्रार्थना। सबै विधि बदलिन्छन्। विस्मयले तिमीलाई भित्र लैजान्छ। किनभने सारा जगत् रहस्यपूर्ण लागेर आउँछ, तब एउटा प्रश्न महत्वपूर्ण रहन्छ, म को हुँ ? यो विस्मयको मौलिक आधार हो, म को हुँ ? मैले जबसम्म यो 'म' लाई बुझ्दिन, म जे बुझ्न हिंडेको छु, त्यो यात्रा यात्रा बन्न सक्दैन। कसरी म जानूँला यी वृक्षलाई, कसरी जानूँला म तिमीलाई, कसरी जानूँला आफूभन्दा भिन्नलाई, जब म नै अहिलेसम्म अज्ञात र अज्ञानमा छु र मलाई नै मेरो पत्तो छैन भने ?

म को हुँ–यो महामन्त्र हो। हतारिएर उत्तर नदेऊ; किनभने तिमीसँग उत्तर तयारै छ। म को हुँ ? तिमी भित्रबाट भन्नेछौः म आत्मा हुँ। यो उत्तरले काम दिँदैन। यो त तिमीले जानेको कुरा हो। यो ज्ञानबाट तिम्रो जिन्दगी बदलिएन। ज्ञान आगो हो; त्यसले तिमीलाई डडाउँछ। तिमी सोध्छौ, म को हुँ ? भित्रबाट आवाज आउँछ तर त्यो वास्तवमा भित्रको आवाज होइन। त्यो तिम्रो टाउको बोलेको हो; शिरमा लुकेका शास्त्रहरू बेलिरहेका हुन्; स्मृति बोलेको हो। तिमी भन्छौ, म आत्मा हुँ, यो त दुई कौडीको उत्तर हो; यसको कुनै मूल्य छैन। किनभने यो उत्तरबाट तिमी बदलिएनौ; यो आगो हैन, यो त खरानी हो। यसमा कुनैबेला फिलिङ्गो थियो होला। कुनै ऋषिका लागि यसमा फिलिङ्गो थियो होला– तिम्रा लागि त यो केवल खरानी हो। जसका लागि फिलिङ्गो थियो, त्यो त बिलायो यस जगत्बाटै, तिमी खरानीलाई बोकिरहेका छौ।

म को हुँ– तिमी सोध्दै जानू तर उधारो उत्तर नदिनू। उधारो उत्तर आयो भने भन्नु कि यो मेरो उत्तर हैन, म प्रवृत्त हुने बिन्दु हैन, मेरो कसरी हुन सक्छ ! जसलाई मैले जान्दछु, त्यो मात्रै मेरो हुन सक्छ। तिमी जे उपलब्ध गर्छौ आफ्नो श्रमबाट, त्यो मात्र तिम्रो सम्पदा हो। ज्ञानमा चोरी व्यवहार चल्न सक्दैन र ज्ञानमा न त भिखमङ्गापन नै चल्छ। न तिमी भिख माग्न सक्छौ, न तिमी चोरी गर्न सक्छौ। यहाँ डकैती पनि चल्न सक्तैन। यहाँ त तिमीले स्व–श्रमबाटै स्वयम्लाई निर्मित गर्नुपर्छ।

दोस्रो सूत्र होः *'स्वयंमा स्थिति शक्ति हो।'*

विस्मय पैदा भयो भने भित्रतर्फ हिंड्नू, डुब्नु र स्वमा स्थित हुने चेष्टा गरिराख्नू। तिमी सोध्छौ–म को हुँ ? कहिले तिमीलाई उत्तर प्राप्त होला ? यसको उत्तर तिमीलाई चाहिएको हो भने भित्र स्वमा

रोकिनुपर्छ । त्यसैलाई नै हामीले स्वास्थ्य भनेका छौ–स्वयम्मा अडिएर बस्नु । जब कुनै व्यक्ति स्वयम्मा अडिएर बस्छ, तब त अनुभव हुन्छ । दौडिरहन्छौ भने कसरी अनुभव गरौला ? तिम्रो हालत यस्तो छ, मानौं तिमी तीव्र गतिको कारमा छौ । एउटा फूल झ्यालबाट देखियो । तिमीले सोध्ने मौकै पनि पाउँदैनौ यो के हो भनेर, तिमी टाढा पुगिसक्छौ । तिम्रो गति तीव्र छ । वासनाभन्दा तीव्रगति दुनियाँमा कुनै यानको हुँदैन । तिमीलाई चन्द्रमामा पुग्नुछ तर रकेटले पनि समय लिन्छ । तिम्रो वासनालाई त्यति समय पनि चाहिँदैन, एकै क्षणमा तिमी पुगिहाल्छौ । वासना तेजभन्दा तेज गति हो । वासनाले भरिएको छ भन्नुको अर्थ हो ऊ रोकिएको छैन; दौडिरहेको छ । तिमी यति तीव्र दौडमा छौ, तिमीले सोधेको 'म को हुँ' को उत्तर कसरी पाउला ?

यो दौडलाई छोड्नुपर्छ । तिमी स्वयंमा स्थित हुनुपर्छ । थोरै समयका लागि वासनाहरू, दौड, यात्राहरू बन्द गरिनुपर्छ । तर एउटा वासना सकिन पाएकै हुँदैन, तिमीले पच्चीस अरू वासनालाई जन्म दिइसक्छौ; एउटा यात्रा पूरा भएकै हुँदैन, पच्चीस अरू नयाँ बाटाहरू खुलिसकेका हुन्छन्, तिमी फेरि दौडिन थाल्छौ । तिमीलाई अडिनै आउँदैन । तिमी रोकिएकै छैनौ, जन्मौजन्मदेखि ।

मैले सुनेको छु, एउटा सम्राटले बुद्धिमान् मान्छेलाई प्रधानमन्त्री राखे । तर ऊ बेइमान थियो र उसले थोरै समयमै साम्राज्यको ढुकुटीबाट लाखौं–करोडौं रूपियाँको भ्रष्टाचार गऱ्यो । जुन दिन सम्राटले यो चाल पाए, मन्त्रीलाई बोलाएर भने- मलाई अरू भन्नु केही छैन, तिमीले जे गऱ्यौ, त्यो ठीक भएन । अरू बढी म केही भन्दिन । तिमीले धोखा दियौ । केवल यत्ति भन्छु, तिमीले आइन्दा आफ्नो अनुहार मलाई नदेखाऊ । यो राज्य छोडेर गइहाल । व्यर्थको हल्ला नफैलियोस्, त्यसैले म कसैसँग पनि यस सम्बन्धमा चर्चा गर्दिन । तिमीले पनि कसैसँग केही भन्ने जरूरत छैन ।

मन्त्रीले भन्यो- सुन्नोस् ! तपाईंले भन्नुहुन्छ भने, म जान्छु । यो ठीक कुरा हो, मैले करोडौं रूपियाँ चोरी गरें । तर फेरि पनि एउटा सल्लाह मन्त्री हुनुका नाताले म तपाईंलाई दिन्छु । अब मसँग सबै चीज छ । भव्य महल छ, पहाडमाथि बङ्गला छन्, समुद्र किनारामा बङ्गला छन्–सबै वस्तु मसँग छन् । पुस्तौंपुस्तासम्मका लागि अब मलाई कमाउनुपर्ने जरूरत छैन, बच्चाबच्चीका लागि कमाएर

राखिदिनुपर्ने कुनै जरूरत छैन । तपाईंले मलाई निकालेर अर्को मान्छेलाई मन्त्रीमा राख्नु भयो भने, त्यसलाई फेरि अब क,ख....बाट शुरू गर्नुपर्छ ।

सम्राट बुद्धिमान् थिए, उसको भनाइलाई राम्रैसँग बुझे ।

मसँग सबै कुरा छन् भन्ने यस्तो क्षण तिम्रो जीवनमा कहिल्यै आउँदैन । जुन दिन यो क्षण आउला, त्यसै दिन दौड बन्द हुनेछ । अन्यथा तिमी हरघडी क,ख....बाट शुरू गरिरहेका हुनेछौ । हर घडी नयाँ वासनाहरूले समात्छन्, नयाँ चोर आइरहन्छ, नयाँ लुटेराले ढुकुटी रित्याउन लागिरहन्छ । एकाध लुटेरा भए त यस्तो पनि नहोला; अत्यन्त धैरै वासनाहरू छन् । तिमी एकैचोटि धेरै दिशातिर दौडिरहेका छौ । तिमी एकैसाथ अत्यन्त धेरै चीजबीज पाउने कोसिसमा लागिरहेका छौ । तिमीले कहिल्यै पनि बसेर शान्तसँग सोचेका छैनौ, तीमध्येका कैयौं चीजबीज विपरीत छन्, तिनलाई त तिमी पाउनै पनि सक्दैनौ; किनभने तिमी एकलाई पायौ भने दोस्रो गुम्छ; दोस्रोलाई पायौ भने पहिलो फेरि गुम्ने डर छ ।

मुल्ला नसरूद्दीन मर्न लागेका थिए, उनले आफ्नो छोरोलाई भने, अब म तँलाई दुईवटा कुरा बुझाउछु । मर्नु पहिले तँलाई भनिदिन्छु, यो कुरा ध्यानमा राख्नू । दुई कुरा हुन् । पहिलो–इमान्दारी । दोस्रो हो– बुद्धिमानी । पसल तैंले सम्हाल्नेछस्, काम तैंले सम्हाल्नेछस् । पसलमा लेखेर झुण्ड्याइएको छ– अनेस्टी इज दि बेस्ट पोलिसी । इमान्दारी सबैभन्दा राम्रो नीति हो । यसलाई पालन गर्नू । कहिल्यै कसैलाई धोखा नदिनू । कहिल्यै वचन भङ्ग नगर्नू । वचन पूरा गर्नु ।

छोरोले भन्यो, हवस् । दोस्रो के हो ? बुद्धिमानी, त्यसको के अर्थ हो ? नसरूद्दीनले भने, बिर्सेर पनि कसैलाई वचन नदिनू ।

ठीक, यस्तै नै विपरीतमा बाँडिएको छ जीवन । इमानदारी पनि र बुद्धिमानी पनि, दुवैलाई सम्हाल्ने कोसिस हो । वचन पूरा गर्नु इमानदारीको लक्ष्य हो । वचन कहिल्यै नदिनु बुद्धिमानीको लक्षण हो । यता तिमी चाहन्छौ, जनमानसले तिमीलाई सन्तलाई झैं पुजून् र उता तिमी चाहन्छौ, तिमी पापीझैं मोजमज्जा पनि गरिरहूँ । ठूलो कठिनाइ छ । यता तिमी चाहन्छौ, रामको झैं तिम्रो चरित्रको गुणगान होस्; तर उता तिमी रावणले झैं अरूका आइमाई भगाउन तत्पर हुन्छौ । तिमी असम्भवलाई सम्भव बनाउन चाहन्छौ । तिमी रावणजस्तो हुन चाहन्छौ तर प्रतिष्ठा रामको जस्तो खोज्छौ । अनि

तिमी मुश्किलमा पर्न सक्छौ । विपरीत दिशातिर तिम्रो यात्रा चल्छ । तिमी अनन्त लक्ष्य बनाइरहन्छौ । ती सबैमा तिमी बाँडिएर बस्छौ । टुक्रा–टुक्रा बन्छौ । तिमीसँग जेजे थियो, जीवनको अन्त्यमा त्यो हराएरै गएको तिमीले चाल पाउनेछौ ।

एउटा नामी जुवाडे थियो । पत्नीले अनेक किसिमले सम्झाइन्, परिवारले, मित्रहरूले पनि सम्झाए तर मानेन, बिस्तारै–बिस्तारै भएभरको हान्यो । एकदिन यस्तो अवस्था आयो, केवल एक रूपियाँ मात्रै घरमा रह्यो । पत्नीले भनिन्, अब त चेत । पतिले भन्यो, यत्रो सम्पत्ति त गयो, अब एक रूपियाँ मात्रै बाँकी छ, त्यो मलाई दिएर आखिरी मौका मलाई देऊ । के थाहा ? एकै रूपियाँले पनि भाग्य चम्किन सक्छ ।

जुवाडेले सधैं यस्तै सोच्छ ।

पत्नीले पनि सोची, सबै गइसक्यो र एक रूपियाँ मात्रै बाँकी छ, यो अडिनेवाला पनि होइन, साँझ नपर्दै यो पनि जान्छ । पत्नीले भनिन्, ठीक छ, तिमी जाऊ, आफ्नो आखिरी इच्छा पनि पूरा गरिछोड ।

जुवाडे गयो जुवाको अखडामा । खेल्न थाल्यो, ठूलो खैलाबैला भयो । बाजी जित्दै गयो । एकबाट हजार पुग्यो, हजारबाट दस हजार बन्यो, दस हजार पचास हजार पुग्यो, पचास हजारबाट एक लाख भयो; किनभने त्यसले भएभरको सबै दाउमा थाप्यो । फेरि उसले लाख पनि थापिदियो र भन्यो, अब यो आखिरी समाधान हो । उसले सबै हान्यो । ऊ घर फर्क्यो । पत्नीले सोधिन्, के भयो ? उसले भन्यो, एक रूपियाँ हारियो ।

किनभने तिमी त्यही हारेर जान्छौ, जुन तिमीले लिएर आएका थियौ । लाखको के कुरा गर्ने ! त्यसले भन्यो, एक रूपियाँ गयो, चिन्ताको कुरा छैन । त्यो दाउ खराब निस्कियो । तर उसले लाख पुगेको थियो भनेन । किनभने जे तिम्रो थिएन, त्यो जानु र हार्नुको के प्रश्न भयो र ?

मर्ने बेला तिमीले थाहा पाउनेछौ, जुन आत्मा तिमीले लिएर आएका थियौ, त्यसलाई तिमी गुमाएर जाँदैछौ । बस, एक हराएर जाला ! बाँकी तिमीले जेजे गुमायौ, जोड्यौ, मेट्यौ, बनायौ, त्यसको कुनै हिसाबै छैन; अन्तिम हिसाबमा त्यसको कुनै मूल्य नै छैन । तिमीले लाखौं जित्यौ, त्यो पनि मृत्युका बेला ती सबै छुट्छन्;

हिसाब फेरि पनि एककै रहन्छ । त्यो एक तिमी हौ । तिमी त्यस एकमा अडियौ भने तिमीले जित्यौ । तिमी त्यस एकमा आयौ, रमायौ......।

त्यसका लागि शिव भन्दैछन्: *'स्वमा स्थिति शक्ति हो ।'*

तिमी दुर्बल छौ, दीन छौ, दु:खी छौ, त्यसको कारण यो होइन तिमीसँग रूपैयाँ थोरै छ, घर छैन, धन–सम्पत्ति छैन । तिमी दीन छौ, दु:खी छौ, किनभने तिमी स्वयम्मा छैनौ । स्वयम्मा हुनु ऊर्जाको स्रोत हो । त्यहाँ स्थित रहिरहने व्यक्ति महाऊर्जाबाट भरिएर बस्छ ।

जिससलाई कसैले सोध्यो- म के गरूँ; म ज्यादै दीन छु, गरीब छु, दु:खी छु । जिससले भने, तिमी अरू केही नगर; पहिला परमात्माको राज्यलाई खोज, बाँकी सबै स्वतः तिम्रो पछिपछि आउँछन् ।

एकलाई पाएपछि बाँकी सबै पछिपछि आउँछन् । एकलाई गुमाउनु भनेको बाँकी सबै गुमाउनु हो । त्यो एक तिमी नै हौ । त्यही तिम्रो सम्पदा हो, किनभने त्यही लिएर तिमी आएका हौ । आखिरी समयमा यही सोधिने छ, जे तिमीले लिएर आएका थियौ, त्यसलाई जोगाउन सक्यौ ? कि त्यसैलाई पनि गुमाइदियौ ?

स्वमा स्थिति शक्ति हो । स्वपदम् शक्तिः ।

आफूमा स्थित हुनु महाशक्तिवान् हुनु हो । महाशक्तिवान् त तिमी हौ; तर तिमी यस्ता छौ जस्तो कि कुनै बाल्टीमा हजार प्वाल छन् र कसैले त्यसैबाट इनारमा डुबाएर पानी भर्दैछ । पानी झिकिरहेको देखिन्छ हरेक पटक; किनभने जबसम्म बाल्टी पानीमा डुबिराखेको हुन्छ, बिल्कुलै पानीले भरिन्छ । जसै बाल्टी पानीभन्दा माथि तानिन्छ, तिमी डोरी तान्न शुरू गर्छौ, हजार प्वालको बाटो भएर पानी झर्न शुरू भइहाल्छ । बाल्टी माथि आइपुग्छ, त्यसमा थोपो पनि पानी रहँदैन ।

हजार वासनाहरू तिम्रा हजार प्वाल हुन् । त्यसैबाट तिम्रो ऊर्जा खेर जान्छ । जहिलेसम्म तिमी सपना देखिरहन्छौ, त्यस बेलसम्म बाल्टी भरिएको हुन्छ; जहिलेसम्म तिमी कामना लिइरहन्छौ, त्यस बेलासम्म बाल्टी भरी नै हुन्छ । जब कामनाहरूलाई व्यवहारमै ल्याउँछौ, जब इनारबाट बाल्टी बाँधेको डोरी तान्न शुरू गर्छौ, जब सपनालाई साँचो बनाउने कोसिसमा लाग्छौ, तिम्रो ऊर्जा खेर जान

शुरू हुन्छ । बाल्टी हातमा आइपुग्छ, हजार प्वाल हातमै आइपुग्छन्; पानी भने एक थोपै आउँदैन, प्यास रहिरहन्छ । हरेकपटक तान्छौ, खलबली मच्चिन्छ इनारमा, र लाग्छ पानी आइरहेको छ, तुफान आइरहेको छ; हातमा भने केही पर्दैन । तिमी खाली हात फर्किन्छौ । तर वासना त अद्‌भूत छ ।

एकजना माझीलाई कुनै यात्रीले सोध्यो, कति माछा मार्‍यौ ? साँझ पर्न लाग्दै थियो, बिहानदेखि बसेको थियो बल्छी हालेर । यो यात्री कैयौं पटक त्यही बाटो आउनेजाने गरेकाले देखिराखेकै थियो । आखिर त्यसले जिज्ञासालाई रोकिराख्न सकेन । त्यसले सोध्यो कति मार्‍यौ ?

त्यसले भन्यो, जुन एकलाई मैले समात्ने कोसिस गरिरहेको छु यो र दुईटा अरू समातें भने त तीन पुग्छ । अहिलेसम्म एउटा पनि समातेको छैन- जसलाई समात्दैछु यो एक र दुईवटा अरू, अनि तीन भइहाल्छ ।

तिमी सधैं यही माझीकै हालतमा छौ- जुनलाई समातिरहेका छौ यो एक, अरू दुईटा अहिले पनि सपनामै छन् । र यो पनि अहिलेसम्म सत्य भएको छैन । हिसाब तीनवटाको छ, र तिमी निकै प्रसन्न भइरहेका छौ

जब बाल्टी हातमा आउँछ, तिमी पाउँछौ, फेरि खाली आयो । र ध्यान रहेस्, जतिपटक तिमी हाल्छौ इनारमा, प्वाल त्यत्तिनै ठूलो हुँदै जान्छ । यसैले बच्चाहरू प्रसन्न भएझैं लाग्छन् बुढो उमेरकाहरू बिल्कुलै उदास भएझैं लाग्छन्; उनीहरूका बाल्टीमा प्वालैप्वाल भएका छन् । कतिपटक हालिसके, निकालिसके ! प्वालहरू सबै ठूला भइसके । तर फेरि पनि पुराना आशाहरू मर्दैनन्—कहिले त झन् भरिएर आउँछन् । किनभने भरिएको देखिइन्छ । फेरि पानी खस्दै पनि देखापर्छ ।

शक्ति छ तिमीसँग परमात्माको; तर तिम्रो मन प्वालैप्वाल भएको बाल्टीजस्तो छ ।

स्वपदम् शक्तिः को अर्थ हो, जब तिमी वासनाको पछिपछि दौडन छोड्छौ । एक वासना समाप्त भयो, एउटा प्वाल बन्द भयो । वासना झरेर गयो, सबै प्वालहरू हराए । अब तिमीलाई इनारमा बाल्टी भर्नुपर्ने जरूरत छैन, तिमी आफैं इनार बन्छौ । पर्याप्त ऊर्जा छ तिमीसँग ! तिम्रो शक्ति बचोस्, तिमी महाऊर्जा लिएर जन्मिएका

छौ । तिमीलाई केही पाउनु छैन; जे पाउन योग्य छ, त्यो तिमीसँगै छ; केवल त्यसलाई नष्ट हुनबाट बचाउनुछ । परमात्मालाई पाउनुको त सवालै छैन, केवल सदुपयोग नहुनबाट बच्नुछ । त्यो त तिमीलाई प्राप्त नै छ । कसरी तिमी गुमाइदिन्छौ यो कुरा, यो नै ठूलोभन्दा ठूलो रहस्यात्मक घटना हो जगत्मा ।

तेस्रो सूत्र हो: 'वितर्क अर्थात् विवेकबाट आत्मज्ञान आउँछ ।'

एक–एक सूत्र साँचो जस्तैजस्तै हो । पहिलो: विस्मय । विस्मयले मोड्छ आफैंतिर । दोस्रो: आफैंमा स्थित हुनु । यसैले तिमी महाऊर्जामा उपलब्ध होऊ । तर कसरी तिमी स्वयम्मा स्थित हुन्छौ ? त्यसको साँचो तेस्रो सूत्रमा छ: *विवेक, वितर्क आत्मज्ञानम् ।*

यो वितर्क शब्द बुझ्नुपर्ने खालको छ । तर्क त हामी जानिहाल्छौं । तर्क विज्ञानको हात हो । त्यो आश्चर्यलाई काट्ने तरबार हो । तर्कले काट्छ, विश्लेषण गर्छ । तर्क बाहिरतिर जान्छ । वितर्क भित्रतिर जान्छ । त्यसले काट्दैन, जोड्छ । तर्क विश्लेषण हो–एनालेसिस । वितर्क संश्लेषण हो–सेन्थेसिस ।

फरीद फकीर थिए । एउटा भक्त सुनको कैंची लिएर उनकहाँ आयो; बुहुमूल्य वस्तु थियो, हीरा–जुहारत जडिएको थियो । उसले भन्यो, मेरो परिवारमा पुस्तौंदेखि यो कैंची छ । यसको मूल्य करौडौं छ । अब म यसलाई के गरूँ ? म तपाईंको चरणमा चढाउन चाहन्छु ।

फरीदले भने- तिमी यसलाई आफूसँगै लैजाऊ । तिमीलाई केही दिने इच्छा भए एउटा सियो–धागो लिएर आऊ । किनभने हामी टुक्रयाउँदैनौं, जोड्ने मिलाउने गर्छौं । कैंचीले जोड्दैन, काट्छ । दिने इच्छा छ भने, एउटा सियो–धागो लिएर आऊ ।

तर्क कैंचीजस्तै हो, यसले काट्छ । गणेश तर्कका देवता हुन्, यसैले मुसोमाथि सवार हुन्छन् । मुसो कैंची हो । त्यसले काट्छ । मुसो जीवित कैंची हो । त्यसले काटिरहन्छ । गणेश त्यसमा बसेका छन् । उनी तर्कका देवता हुन् । हिन्दुहरूले खुब ठट्टा गरे गणेशलाई । उनलाई देखेर तिमीलाई हाँसो उठेन भने, गज्जबकै कुरा भयो । हाँसो उठ्दैन तिमीलाई; तिमीलाई बानी पऱ्यो यो यस्तै हो भनेर । अन्यथा यो हाँसो योग्य नै हो ।

गणेशको शरीरलाई राम्ररी हेर ! उनी सबै किसिमले बेढङ्गी छन् । टाउको पनि आफ्नो हैन, त्यो पनि उधारो । तार्किकहरूका

टाउका उधारै हुन्छन् । खुब ठूलो छ, हात्तिको हो; तर आफ्नो होइन । उधारो टाउको हात्तिकै भए पनि कुनै कामको छैन; त्यसले केवल कुरूप पार्छ । ठूलो शरीर छ । मुसामा सवार छन् । यो भारी किसिमको शरीर देखिन्छ मात्रै । सवारी त मुसैको छ । जतिसुकै ठूला पण्डित भए पनि सवारी त मुसाकै हुन्छ–त्यो कैंची, तर्क !

फरीदले ठीकै भने तिमी मलाई दिन चाहन्छौ भने सियो–धागो दिएर जाऊ; किनभने हामी जोडेर मिलाउँछौं ।

वितर्क जोड्ने कला हो । वितर्क शब्दको अर्थ हुन्छ–विशेष तर्क । साधारण तर्ककले टुक्र्याउँछ; विशेष तर्कले जोड्छ । बुद्ध, महावीर, शिव, लाओत्से उनीहरू पनि तर्क गर्छन्, तर उनीहरूको तर्क वितर्क हो ।

एउटा अर्को तर्क छ, जसलाई हामी कुतर्क भन्छौं । तीन किसिमका सम्भावनाहरू छन् । तर्कले टुक्र्याउँछ, विश्लेषण गर्छ; तर लक्ष्य त्यसको खराब छैन, आश्चर्यलाई हल गर्छ । त्यसलाई टुक्रयाउनमा रस छैन, टुक्रयाउनु प्रक्रिया हो; लक्ष्य त कुनै सिद्धान्तको उपलब्धि हो । जसबाट आश्चर्य समाप्त होस्, चीजहरू सफा–शुद्ध बनोस् । लक्ष्य सिर्जनात्मक हो, तर्कको ।

तर जब तर्कको कुनै लक्ष्य नै हुँदैन र केवल टुक्रा पार्नु लक्ष्य हुन जान्छ; जब मजा मारकाटमै आउन लाग्छ तब हामी त्यसलाई कुतर्क भन्छौं । तर्क पागल भयो भने कुतर्क बन्छ । विक्षिप्त अवस्था हो तर्कको, तब त्यो पागल भइदिन्छ; जब ऊ टुक्रा पार्न लाग्छ; तब कुनै अर्को लक्ष्य रहँदैन, नष्ट गर्नु नै रसपूर्ण भएर जान्छ ।

वितर्क, तर्कको अन्तरयात्रा हो । तिमी यहाँसम्म आएका छौ घरबाट हिँडेर, त आँखा, तिम्रो दृष्टि, तिम्रो दिशा– यसैतर्फ रहेको थियो– मेरै तिर रहेको थियो । पिठ्युँ घरतिर थियो । यहाँबाट जब तिमी फर्कन्छौ घरतिर, बाटो उही हुन्छ । बाटोमा के फरक पर्छ ! बाटो उही हुन्छ; केवल दिशा बदलिन्छ-पिठ्युँ मतिर हुनेछ, मुख घरतिर हुनेछ ।

तर्क र वितर्कमा बाटो त उही हो । त्यसैले त्यसलाई वितर्क भनिन्छ–विशेष तर्क । बाटो त उही हो, तर दिशा बदलियो । पहिलो तर्क अर्कोतर्फ गइरहेको थियो–पदार्थतिर; अहिले आफ्नैतर्फ आइरहेको छ–घरतर्फ । र दिशा बदल्नाले सम्पूर्ण गुणधर्म बदलिएर जान्छ । यसलाई टुक्र्याएर मात्र जान्न सकिन्थ्यो; किनभने दोस्रोमा प्रवेश गर्नु

छ भने टुक्र्याएर मात्र त्यहाँ प्रवेश हुन सक्छ, अरू कुनै उपाय छैन ।

तिमीले मेडिकल कलेजमा विद्यार्थीहरूले चिरफार गर्दैरहेको पाउनेछौ–भ्यागुतोलाई चिरफार गरिरहेका हुन्छन्; किनभने त्यसको भित्री भाग जान्नुछ । जान्ने अरू कुनै उपाय छैन । भ्यागुतोलाई चिरफार गरेर नै भित्री भागलाई जान्न सकिन्छ । स्वयम्कै भित्र जान्नुछ भने चिरफारको कुनै जरूरत रहँदैन; किनभने तिमी भित्रपट्टि विद्यमान नै छौ । अरूलाई जान्नुछ भने त चिरफार गरेरै जान्नुपर्छ, प्रहार गरेरै हत्या गरेरै जान्नुपर्छ; किनभने त्यसभित्र प्रवेश गर्नेलाई अरू कुनै उपाय हुँदैन । स्वयम्लाई जान्नुछ भने त चिरफार टुक्रा पार्ने र हत्या गर्नेजस्ता सवालै बाँकी रँहदैन; त्यहाँ त तिमी विद्यमानै छौ । स्वयम्लाई जान्नु छ भने केवल आँखा चिम्लनु पर्याप्त छ । आँखा चिम्लनुको नाम ध्यान हो । बाहिरको ध्यान हटोस्, भित्र यात्रा गर्न थाल्यौ, त तर्क वितर्क भइहाल्छ ।

वितर्कको दोस्रो नाम विवेक हो–होस्, एवेरनेश । र यो विवेक या वितर्क संश्लेषणको प्रक्रिया हो । जसै–जसै तिमीभित्र आउँछौ, तसै–तसै तिमी एकसाथ हुँदै जान्छौ । यस्तो मान कि एक वृत्ताकार छ, ठूलो त्यसको परिधि छ । वृत्ताकारको बीचमा त्यसको केन्द्र छ । तिमीले परिधिमा दुइटा बिन्दु बनाइदियौ भने टाढा भइहाल्छ । फेरि दुवै बिन्दुबाट तिमी रेखा तान्न शुरू गर, केन्द्रतिर । जसै–जसै दुवै रेखा केन्द्रको नजिक आउँछन्, त्यसै–त्यसै निकट आउन थाल्छ– अरू निकट, अरू निकट । र जब केन्द्रमा दुवै आइपुग्छन् तब एकमात्रै रेखा बाँकी रहनेछ, दुई हैन; केन्द्रमा मिस्सिन्छन् । यी दुई रेखालाई तिमी परिधिको बाहिर फैलाउँदै जान्छौ भने यी टाढा हुँदै जान्छन्– अरू टाढा, अरू टाढा, अरू टाढा । अनन्त आकाशमा यिनीहरूको अनन्त टाढिने क्रम भइरहन्छ ।

जब तिमी बाहिरतिर जान थाल्छौ चीजहरू एक–अर्कोबाट टाढा हुँदै जान्छन्, अन्तर बढ्दै जान्छ । यसैले हजार किसिमका विज्ञान पैदा भएका छन्, भइरहन्छन्; किनभने अन्तर फराकिलो हुँदै जान्छ । दिनदिनै नयाँ विज्ञान पैदा भइरहेका छन्; किनभने जसै–जसै हामी अघि बढ्छौं, अरू अन्तर बढेर जान्छ । हाल वैज्ञानिकहरू बढी चिन्तित छन्; किनभने उनीहरू भन्छन्, एउटाको विज्ञानको भाषा दोस्रोको बुभाइमा आउँदैन । अहिले यस्तो एकजना मान्छे पनि

पृथ्वीमा छैन जसले सबै विज्ञानलाई बुझोस्; जो साराका सारा संश्लेषण गरिदेओस् । यसरी त निकै कठिन बन्नगयो मामिला । एकमात्र विज्ञानलाई बुझ्न असम्भवजस्तै हुन्छ भने दुनियाँमा ज्ञान जानी नसक्नुछ, तर संश्लेषण बिल्कुलै कम छ । र धर्म एक छ, त्यसको नाम कैयौं अलग किन नहोस्, किनभने जसै कुनै व्यक्ति भित्रतिर आउँछ भने, अन्तर कम हुन थालिहाल्छ । केन्द्रमा सबै चीज एक बन्छन् । केन्द्र परम संश्लेषण हो–अल्टिमेट सेन्थेसिस ।

'वितर्क अर्थात् विवेकबाट आत्मज्ञान आउँछ ।'

नटुक्र्याऊ ! बाहिर ननिस्क ! अरूतर्फ ध्यान नदेऊ ! भित्रपट्टि ध्यान लगाऊ ! जोड्ने काम गर् ! बिस्तारै–बिस्तारै अघि बढ केन्द्रतिर; त्यस ठाउँमा पुग, जहाँ तिम्रो प्राणको मध्यबिन्दु छ । त्यहाँ स्थित बन; महाऊर्जा उत्पन्न हुन्छ ।

हामीले जुन प्रकाश देख्छौं बुद्ध र महावीरमा, हामीले जुन आनन्द पाउँछौ कृष्णमा, मीरामा, चैतन्यमा– त्यो कुन चीजको आनन्द हो ? त्यो प्रकाश किरण कुन चीजको सूचना हो ? उनीहरू त्यस ठाउँमा पुगे, जहाँ अनन्तको ऊर्जाको स्रोत छ । अब उनीहरू दरिद्र छैनन् । अब उनीहरू दीन छैनन् । अब उनीहरू कसैसँग माग्दैनन् । अब उनीहरू सम्राट भए ।

सम्राट बन्नु तिम्रो पनि सम्भावना हो । तर एक–एक कदम अघि बढ्न जरूरी छ ।

विस्मय, स्वमा स्थितिको धारण, वितर्कबाट स्वयम्सम्म पुग्ने उपाय, र चौथो सूत्र हो- *'लोकानन्दः समाधिसुखम् ।* अस्तित्वको आनन्द भोग्नु समाधिको सुख हो ।'

जब तिमी स्वयम्मा पुग्यौ, स्थित भइरह्यो भने तिमी अस्तित्वको गहनतम् स्थितिमा आइपुग्यौ । त्यहाँ सघनतम् अस्तित्व छ; किनभने त्यहींबाट सबै कुरा पैदा भइरहेका छन् । तिम्रो केन्द्र, केवल तिम्रो केन्द्र होइन, सम्पूर्ण लोककै केन्द्र हो । हामी परिधिमा अलग–अलग छौं । "म" र "तिमी"को अन्तर शरीरको अन्तर हो । जब हामी शरीरलाई छोडेर अरू भित्र खिचिन्छौं त्यसैत्यसै अन्तर कम हुन थालिहाल्छ । जुन दिन तिमीले आत्मालाई चिन्नेछौ, उसै दिनदेखि तिमीले परमात्मालाई पनि चिन्यौ । जुन दिन तिमीले आफ्नो आत्मालाई चिन्यौ, त्यसै दिन तिमीले सबैको आत्मालाई पनि चिन्यौ; किनभने त्यहाँ केन्द्रमा कुनै अन्तर हुँदैन । परिधिमा हामीबीच भेद

छ । त्यहाँ भिन्नता छ । केन्द्रमा हामीमा कुनै भेद हुँदैन । त्यहाँ हामी सबै एक अस्तित्व रूपका बन्छौं ।

शिव भन्नुहुन्छ- त्यस अस्तित्वलाई स्वयम्‌मा पाउनाले समाधिको सुख उपलब्ध हुन्छ ।

समाधिसुखम्- यो शब्दलाई बुझ्न जरूरी छ । तिमीले धेरै प्रकारका सुख जानेका छौ–कहिले भोजनको सुख, कहिले स्वास्थ्यको सुख, कहिले तिर्खा मेटिएको सुख, शरीर– भोगको सुख, सम्भोगको सुख–तिमीले धेरै प्रकारका सुख जानेका छौ । तर यी सुखका सम्बन्धमा एउटा कुरा बुझ्न जरूरी छ र त्यो के हो भने ती सुखसँग दुःख गाँसिएका छन् । तिमीलाई तिर्खा लागेको छैन भने पानी पिउँदा तृप्ति पनि हुने छैन । तिर्खाको पीडा तिमी सहन राजी छौ, पानी पिउनुको मजा तिमीलाई थाहा छ । दुःख लामो समयसम्म रहने र सुख क्षणभर; किनभने जसै घाँटीबाट पानी तल झऱ्यो, तृप्ति भयो । फेरि दुःख, फेरि तिर्खा ! भोक नलागोस्, भोकको पीडा नहोस्, भोजनको कुनै तृप्ति हुँदैन ।

त्यसैले दुनियाँमा ठूलो दुर्घटना घटित हुन्छ– जो भोका छन्, उनीहरूसँग भोजन छैन; उनीहरूले भोजनको मजा लिनसक्थे, उनीहरूलाई भोजनमा सुख आउँथ्यो, किनभने उनीहरूले निकै दुःख सहँदैछन्, भोकको । र जससँग भोक छैन, उनीहरूसँग भोजन छ; उनीहरू भोजनको सुख लिन सक्दैनन्; भोजनबाट दुःख नै पाउँछन् उनीहरूले ।

जबसम्म तिमीलाई तिर्खा लाग्छ, त्यसबेलासम्म तिम्रा लागि पानीको तृप्ति छ । तिमी यस्तो जीवन बाँच्न सक्छौ, जसमा तिर्खा नै नलागोस् । घाममा नजाऊ, श्रम नगर, आरामसँग घरमै बस– तिर्खा लाग्दैन । तब तिमी सोचौला अब खुबै मजासँग पानी पिएर सुख लिऊँ, तर अफसोच तिमीले पानी पिएर पनि आनन्द पाउँदैनौ । जुन दिन तिमीले दिनभर श्रम गर्छौ, रातमा सुत्नुको सुख पाउँछौ । रातमा सुत्नुको सुख चाहिँन्छ भने दिनमा मजदूरको जस्तै जिन्दगी आवश्यक छ । कठिनाइ के छ भने तिमी दिन अमीर वा सम्राटकै जस्तो होस् भन्छौ र रातको निद्रा पनि मजदूरकै जस्तो होस् भन्छौ । यी विपरीत कुरा हुन, तिम्रो इच्छा पूरा हुन सक्तैन ।

बाहिरी जगत्‌मा सुख र दुःख जुटेका हुन्छन् । त्यसैले जुन दिन तिमी महलका मालिक बन्छौ, त्यसै दिनदेखि निद्रा हराउँछ । जुन

दिन तिमी नरम ओछ्यानको जोरजाम गर्छौ, त्यसै दिनदेखि तिमीलाई ओछ्यानमा वर्कने र फर्कने गर्नु सिवाय अरू उपाय बाँकी रहनेछैन। हेर मजदूरलाई, ऊ निदाइरहेको छ वृक्षमुनि। गिर्खाको पनि उसलाई वास्तै छैन। लामखुट्टेले पनि टोकेकै छ, त्यो पनि उसलाई थाहै छैन। गर्मी छ, पसिना बगिरहेको छ, त्यसको पनि कुनै पत्तो छैन। यी सबै अवस्था गौण हुन्छन्, उसका लागि। उसले दिनभर यति धेरै पीडा भेलेको थियो फलस्वरूप रातको सुख आर्जन गर्न पायो।

संसारमा दुःखलाई स्वागत गर्नुपर्छ, सुख पाउनका लागि। यहाँ हरेक सुखसँग दुःख गाँसिएको छ। मान्छे यही आवस्थामा अल्भिएको छ। ऊ चाहन्छ, सुख रहिरहोस् र दुःख बितिहालोस्। यो हुनै सक्तैन। यही कुरा प्राप्त गर्न हामीले हजारौं वर्षदेखि कोसिस गरिरह्यौं। हामी भन्छौं- दुःख हटिहालोस् र सुख बसिरहोस्। हामीले यसका लागि कोसिस गरिरहेका छौ तर प्राप्त गर्न सम्भव छैन। निश्चित दुःख कट्छ, तर उत्तिकै सुख पनि काटिन्छ। दुःख हामी चाहन्नौं, सुख हामी चाहन्छौं; यसैले ठूलो भन्भट खडा भएको छ।

समाधिसुखको अर्थ के हो ? जससँग बिल्कुलै दुःख छैन, समाधिसुख कुनै तिर्खाको तृप्ति होइन। समाधिसुख कुनै भोकमा खाइएको मीठो भोजन पनि होइन। समाधिसुख श्रम गरेपछि रातमा पाइएको निद्राको सुख पनि होइन। समाधिसुखसँग दुःखको कुनै पनि सम्बन्ध छैन। त्यही अन्तर छ सांसारिक सुख र आध्यात्मिक सुखमा। समाधिसुख केवल "हुनु" को सुख हो। त्यससँग कुनै अभिलाषा, कुनै तृष्णा, कुनै दुःख जोडिएको हुँदैन। त्यो केवल "हुनु"को आनन्द हो।

यसैले शिव भन्नुहुन्छ, *लोकानन्दः* ! अस्तित्वको आनन्द। तिमी हौ, बस् यत्ति नै कुरा पर्याप्त र आनन्दपूर्ण छ। यसमा कुनै अभिलाषा र पीडा छैन, यो सबैसँग कुनै सम्बन्ध हुँदैन।

ध्यान रहोस्, आत्माको न कुनै तिर्खा हुन्छ, न कुनै भोक। यसैले त्यहाँ भोक, तिर्खा र यिनको तृप्तिसँग पाइने सुखको प्रश्नै रहँदैन। भोक-तिर्खा शरीरको हो। त्यसैले शरीरको सुख दुःखसँग जोडिइ रहने हुन्छ। जसले शारीरिक सुख लिन चाहन्छ, त्यसले दुःख खप्ने तयारी गर्नुपर्छ। त्यसले जति दुःख लिने तयारी गर्छ,

उत्ति नै शरीरको सुख लिन सक्छ । आत्माको सुखचाहिँ शुद्धतम् सुख हो; त्यहाँ दुःखको कुनै उत्स्थान हुँदैन ।

तर त्यो केन्द्रमा घटित हुन्छ; परिधिमा त तिमी शरीर छौ । शरीर परिधि हो । त्यो तिम्रो घरको घेरो हो, त्यो तिमी होइनौ । त्यो तिम्रो बाहिरी वृत्ताकार हो । केन्द्रमा तिमी आत्मा हौ । त्यहाँ एक नयाँ सुखको उत्पत्ति हुन्छ । त्यो सुख केवल 'हुनु' को सुख हो– केवल हुनु मात्र ! त्यहाँ दुःखको कुनै खाडल छैन र हुँदैन पनि । त्यहाँ श्रम–विश्राम छैन । त्यहाँ तिमी मात्र छौ । त्यहाँ शाश्वत 'हुनु' हो । त्यस शाश्वत हुनुको एक दशा हो, जो ठूलो रसपूर्ण छ त्यो रसमा कहिल्यै बिध्न आइपर्दैन । त्यसैले त्यसलाई सन्त; 'सनातन,' 'शाश्वत' भनिन्छ, 'नित्य' भनिन्छ । त्यो रसमा कहिल्यै पनि बाधा आइपर्दैन ।

कबीरले भनेका छन्, त्यहाँ अमृतरस झरिरहन्छ–एकनास, एकरस ।

यहाँ पनि वर्षा हुन्छ; तर त्यो वर्षाका लागि गर्मीको उपस्थिति जरूरी हुन्छ । जब गर्मीबाट तिमी अत्यन्त तपित र सन्तप्त हुन्छौ, पृथ्वीमा चिरा पर्छ, चारैतिर वृक्ष चिच्याउन थाल्छन्, सबैतिर त्राहि-त्राहि मच्चिन्छ, तब वर्षा हुन्छ ।

तिमी भनौला, यस्तो नचाहिँदो नियम किन बन्यो ? वर्षा होस् तर त्राहि-त्राहि यस्तो किन भएन ?

तब तिमीले पूरा व्यवस्थालाई बुझ्नुपर्छ, यसका गणित बुझ्नुपर्छ । त्राहि–त्राहि मच्चिनाले नै आकाशमा बादल निर्मित भएको हो । जब प्रचण्ड घाम लाग्छ, पानी वाफ बन्छ । पानी बाफ नबनुन्जेल वर्षाको सम्भावना रहँदैन । पानी वाफ बन्छ र आकाशमा बादल सघन बन्छ । बादल सघन बनेपछि पानी वर्षनुपर्छ, वर्षा हुन्छ नै । त्यसैले वर्षा हुनु अघि भयङ्कर गर्मी आवश्यक हुन्छ ।

आत्मा जगत्मा विपरीत हुँदैन, यहाँ द्वन्द्व हुँदैन । त्यसैले हामीले त्यसलाई निर्द्वन्द्व, अद्वैत भन्छौं । त्यहाँ एक हुन्छ, दुई हुँदैन । त्यहाँ कुन प्रकारको सुख प्राप्त हुन्छ भनेर तिमीलाई बुझाउन निकै कठिन हुन्छ; किनभने तिमीलाई यस्तो सुखको अनुभव नै छैन जहाँ दुःख नगाँस्सिएको होस् ।

कसैले सिग्मण्ड फ्राइडसँग प्रश्न गरेः विक्षिप्तताको के परिभाषा हुन्छ र विक्षिप्ततासम्म मान्छेहरू कसरी पुग्छन् ? सिग्मण्ड फ्राइडले

अद्‌भुत उत्तर दिए । उनले भनेः विक्षिप्तता र सफलताको एउटै परिभाषा हुन्छ । जुन उपायले सफलतासम्म पुऱ्याउँछ, त्यही उपायले विक्षिप्ततासम्म पनि पुऱ्याउँछ । सफलता पाउने चाहनाले तिमी कडा श्रम गर्छौ । सफल हुने चाहनामा तिमी भिड्छौ । जब तिमी सफल हुन चाहन्छौ, तिम्रो रात–दिन चिन्ताले भरिन्छ । जब तिमी सफल हुन चाहन्छौ, प्रतिपल तिमी भयभीत भइरहन्छौ, थाहा छैन, जितिन्छ कि हारिन्छ ? तिमी एक्लै छैनौ सफलताका लागि श्रम गर्ने, करौडौं प्रतिद्वन्द्वीहरू छन् । तब तिमी रात- दिन, चिन्ता, पीडा, तनावमा काँमिरहन्छौ– थाहा छैन के हुन्छ, के हुँदैन ! यही त पागलपनसम्म पुग्ने बाटो हो ।

जसलाई तिमी सफल मानिस भन्छौ, उसलाई हेऱ्यौ भने ऊ तनावमा छट्पटिएको अवस्थामा पाउनेछौ, जुन अवस्था पागलहरूको हुन्छ ।

रूसमा खुश्चेव प्रधानमन्त्री थिए, उनी एउटा पागलखाना हेर्न गए । जरूरी कामको याद आयो र उनले आफ्नो सेक्रेटरीलाई फोन गर्न खोजे । त्यहाँकी अप्रेटरले कत्ति पनि ध्यान दिइरहेकी थिइन । ध्यान नदिनुको कारण पनि थियो, पछि स्पष्ट भयो । खुश्चेवले पटक-पटक अप्रेटरलाई भने- तुरून्त फोन लगाऊ । त्यो केटीले वास्तै गरिन । तब खुश्चेवले भने- ए केटी, तँलाई थाहा छ म को हुँ ?

सफल, ठूलो पद पाएका, धनी र पुगिसरी आएका मान्छेले आफू भित्रपट्टि फर्केर भनिरहन्छ- थाहा छ म को हुँ ? कोही बोलून् कि नबोलून्, भित्रभित्र ऊ यही भनिरहन्छ- थाहा छ म को हुँ ? किनभने यसैका लागि त सबै गुमाएको हुँ, यसैलाई जानकारी गराउनलाई । अति भएपछि उनले भने- केटी, तँलाई थाहा छ म को हुँ ? म खुश्चेव हुँ–यो देशको प्रधानमन्त्री !

केटीले भनी- मलाई थाहा छैन तपाईं को हो । मलाई यति मात्र थाहा छ कि तपाईं पागलखानामा बोल्दै हुनुहुन्छ !

तर सबै प्रधानमन्त्री त्यहीँबाट बोलिरहेका छन् । अरू कुनै ठाउँ पनि त छैन नि, जहाँबाट उनीहरू बोलून् ।

खुश्चेव एकपटक लन्डन पुगे । कसैले उनलाई बहुमूल्य कपडा उपहारमा दियो । कपडा महँगो थियो । उनलाई त्यो कपडाको लुगा दुनियाँको श्रेष्ठ सुचिकारलाई सिलाउन लगाउन मन लाग्यो ।

मास्कोमा त्यहाँको श्रेष्ठ सुचिकारलाई कपडा दिए। उनको इच्छा थियो, त्यो कपडाबाट एउटा कोट बनोस्, वेष्ट कोट पनि बनोस्, पाइन्ट पनि बनोस्। सुचिकारले भन्यो- असम्भव ! तीनवटा लुगा सिउन मुस्किल। दुई वटासम्म बन्न सक्छ। कपडा मूल्यवान् थियो उनी चाहन्थे पूरा सूट बनोस्। कपडा लण्डनमै फिर्ता ल्याइयो। लण्डनको सुचिकारले कपडा हेरेर भन्यो- ठीक छ; पाइन्ट, कोट, भित्रीकोट बनिहाल्छ, धेरथोर कपडा पनि बच्छ। तपाईंको बच्चालाई समेत लुगा सिउन पुग्छ। कुरा सुनेर ख्रुश्चेव अचम्भित बने। उनले भने- मैले आफ्नो सुचिकारलाई सोधें मास्कोमा, हदै गर्‍यो त्यो बेइमानले, उसले भन्दै थियो यसबाट केवल दुई चीज मात्रै बन्न सक्छ !

लण्डनको सुचिकारले भन्यो- तपाईं ऊसँग नरिसाउनोस्। मास्कोमा तपाईं साह्रै ठूलो मान्छे हुनुहुन्छ, धेरै कपडा लाग्छ; लन्डनमा तपाईं केही पनि होइन।

मान्छे जीवनभर फलताको, महत्वाकाङ्क्षाको खोजमा हुन्छ र साथै त्यत्तिकै दुःख झेल्ने तयारीमा पनि हुन्छ। ती दुःखले गलेर जान्छन्। तिमी सफल हुनुअघि करीब–करीब असफल हुने खतरामा पुग्छौ। संसारमा सफल कोही हुँदैन, किनभने यहाँ सफलताको मूल्यमा यति गहिरो विक्षिप्तता झेल्नुपर्छ, यति पागलपन झेल्नुपर्छ, सफलता हात परेपछि तिमी त्यसको उपयोग गर्न सक्ने आवस्थामा हुँदैनौ।

समाधिसुख विल्कुलै भिन्न छ; त्यहाँ कुनै मूल्य तिमीले चुकाउनु पर्दैन। किनभने जे तिमी पाउन हिंडेका हुन्छौ, त्यो अहिले नै विद्यमान छ; त्यो कुनै भविंष्य होइन जसका लागि तिमीले यात्रा गर्नुपरोस्, हिंडनु परोस् र मिहिनेत गर्नुपरोस्। त्यो अहिले यहीं, विद्यमान छ। त्यो तिमीले पाएकै छौ। त्यो तिम्रो स्वभाव–सिद्ध सम्पदा हो। र त्यसको मूल्यमा कुनै कष्ट सहनु पर्दैन। त्यसो भए, त्यसको स्वाद कस्तो होला ?

तिमीलाई जुन-जुन सुखबारे जानकारी छ, तिमीमध्ये कुनैले पनि त्यसको वास्तविक स्वादको थाहा दिन सक्तैन; किनभने तिमीले जानेका सबै सुखमा दुःख मिश्रित छन्। तिमीले जुन-जुन अमृत चाखेका छौ, ती सबैमा विष मिसिएका छन्; किनभने शरीर सम्बन्धमा यही हुन्छ। शरीरमा जन्म र मृत्यु दुवै जोडिएका हुन्छन्; अमृत र

विष दुवै मिसिएका छन् । शरीरको माध्यमबाट तिमी जुन सुख चाल पाएका हुन्छौ, त्यसमा दुःख रहन्छ नै । आत्मा अमृत हो । त्यसमा मृत्यु छैन । त्यो शाश्वत छ । त्यहाँ विपरीत हुँदैन । त्यो जीवन हो, शुद्ध जीवन हो ।

यसैले तिमीले जुन सुख चाखेका छौ, तिनीहरूको तीतोपन, तिनीहरूको टर्रोपन छोडिदेऊ, तिनीहरूको तीतोपनलाई बिल्कुलै हटाइदेऊ, अनि तिमीले शायद थोरै भए पनि त्यसको स्वादको कल्पना गर्न सकौला । तिमीले जुन सुख जानेका छौ, ती सबैमध्येबाट, तिनीहरूका विपरीत जुन दुःखका हिस्सा छन्, ती सबै छुट्याइदेऊ, अनि थोरै भए पनि तिमीले कल्पनामा त्यसको झलक पाउन सक्छौ । तर त्यो झलकले पनि तिमीलाई पक्का खबर दिन सक्तैन; किनभने परिधिमा केवल झलक प्राप्त हुन्छ; किनभने तिमीले जति नै सोच, आफूले चाखेको स्वादको तिमीले धारणा बनाउनै सक्दैनौ; धारणा बनाउनका लागि त्यसको व्यवहार गरेकै हुनुपर्छ ।

यी सूत्र मूल्यवान् छन् । विस्मयबाट परिपूर्ण बन । फर्क स्व-तिर । स्वयम्मा स्थित बन ताकि महाऊर्जा तिमीलाई उपलब्ध होस् । जीवन होस्, परम जीवन । विवेकद्वारा आत्म-ज्ञान उपलब्ध गर, जागृति, परम् जागृतिद्वारा तिमीले निद्रालाई चिरेर अस्तित्वको आनन्द भोग्न सक्नेछौ । समाधिसुख तिम्रै हो । समाधिसुखका सम्बन्धमा केही अरू कुराहरू ।

जीवनमा तिमी सुख भोग्छौ, सुख धेरै कुरामा निर्भर हुन्छ । तिम्रो योग्यता-अयोग्यता, शिक्षा-अशिक्षा, शक्ति-सामर्थ्य, परिवार-सम्बन्ध, सबैमा निर्भर गर्छ । तिमी एक्लै छैनौ त्यहाँ । गरीब घरमा जन्मिका छौ भने त्यो सुखलाई पाउन तिमीले जीवनभर केही न केही गुमाइरहेका हुन्छौ; अमीर घरमा जन्मिएका भए, चाँडै पाउँछौ । बुद्धिमान् छौ, चलाख छौ, होशियार छौ गणितमा भने चाँडै पुग्न सकौला; बुद्धु छौ भने ठूलो भ्रममा परौला; पुगिहाल्छौ भन्ने कुरामा शङ्का छ । शरीर रूग्ण भए मुश्किल पर्ला; शरीर स्वस्थ छ भने चाँडै पुगौला । संयोग हो, हजार कुरामा निर्भर हुन्छ ।

तर समाधिसुख केहीमा निर्भर छैन, अनकन्डिसन हो, विनाशर्त छ । न तिम्रो बुद्धिमा, न तिम्रो शरीरमा, न तिम्रो योग्यता-अयोग्यतामा, न तिम्रो शिक्षामा, परिवारमा, सुन्दर-कुरूप, स्त्री-पुरुष कुनै कुरामा पनि निर्भर छैन; शुद्र-ब्राह्मण, हिन्दु-मुसलमान, कुनै

कुरामा निर्भर हुँदैन; तन्नेरी-वृद्ध, कुनै कुरामा निर्भर छैन, निःशर्त सुख छ। किनभने त्यो तिम्रो सम्पदा हो। त्यो तिमीसँगै छ। तिमीले त्यसलाई लिएरै जन्मेका हौ। तिमीले यसमा कहिल्यै पनि ध्यान दिएनौ, फरक यत्ति हो। तिमीले विस्मरण गऱ्यौ, तिमीले गुमाएका होइनौ। केवल आँखालाई मोड, फर्क पछिल्तिर र आफूलाई हेर।

बुद्धिमान्ले बढी समाधिसुख पाउँछ, बुद्धू यो सुखबाट बञ्चित रहन्छ भन्ने कुनै नियम छैन। यस्तो केही पनि होइन। पढे नलेखेका पनि त्यहाँ पुग्छन्। कबीरजस्ता मूर्ख-पाखे पनि त्यहाँ पुगेका छन्। बुद्ध पनि त्यहाँ पुग्छन्। दुवै पुग्छन्, अलिकति पनि फरक पर्दैन। दुवै दुवै

समाधिसुख जीवनको स्वरूप हो। तिम्रो बाहिरी आवरण कालो छ कि गोरो; सुन्दर छ कि असुन्दर; रूग्ण छ कि स्वस्थ; तिम्रो बुद्धिमा धेरै शब्द भरिएका छन् कि थोरै; शास्त्र तिमीले ज्यादै अध्ययन गरेका छौ कि कम- यी कुनै पनि सर्त लागू हुँदैन। तिमी "हुनु" पर्याप्त छ। तिमी छौ, यही नै पर्याप्त छ।

यसैले सम्पूर्ण ध्यान शुद्ध हुनुको उपायको खोज हो। जहाँ तिमीले शरीरलाई भुल्नेछौ, मनलाई पनि भुल्नेछौ। त्यहीं तिमीलाई आत्माको समाधिसुख, अस्तित्वको आनन्द उपलब्ध हुनेछ। कुनै उपायले थोरै समय मात्रै भए पनि शरीरको स्मरण तिमीलाई नरहोस् र मन पनि स्मरण नरहोस्। जसै शरीर र मनको विस्मरण हुन्छ, आत्माको स्मरण हुनथाल्छ। जबसम्म तिमीलाई शरीर र मनको स्मरण भइरहन्छ, आत्माको स्मरण हुन सक्दैन। किनभने शरीर र मन बाहिर छ भने आत्मा भित्र छ। तिमीले दुवैतिर एकैपटक हेर्न सक्दनौ; एकपटकमा एकातर्फ मात्रै देख्न सक्नेछौ।

यो समाधि शिविरमा तिमीले थोरै बेर भए पनि, एकैछिन मात्रै भए पनि, शरीर र मनलाई बिर्सिन सक्यौ भने तिमीलाई समाधिसुखको स्वाद प्राप्त हुनेछ। एकपटक मात्र स्वाद पाइयोस्, त्यही पर्याप्त हुन्छ। त्यसपछि तिम्रो जिन्दगी अर्कै हुन थाल्छ। पहिलो पटक स्वाद पाउन मात्रै कठिन हुन्छ। एकपटक तिम्रो घाँटी मोडियोस्, फेरि तिमीले जानिहाल्छौ सही तरिका, बाँकी तिम्रो हातमा हुन्छ। त्यसपछि तिमीले जता घाटी मोड्यो त्यहीं देख्नेछौ। पहिलो पटक घाँटी मोड्न ठूलो श्रम खर्च हुन्छ। एकपटक साँचो हात पऱ्यो कि फेरि तिमी मालिक भयौ। अनि के चाहियो ? त्यसपछि तिमी

मजाले संसार घुम, तिम्रो समाधिसुखलाई कसैले विथोल्न सक्दैन। तिमी पसलमा बस, तिमीले त्यहीँ समाधिसुख पाउँछौ । तिमी बजारमा जाऊ, तिमी त्यहीँ समाधिसुखमा रहन्छौ ।

त्यसपछि एउटा घटना शुरू हुनेछ, बाहिरी सुखका लागि तिम्रा ठूला र कठिन दौड्हरू स्वतः क्षीण भएर जानेछन् । किनभने जब महान् सुख हात पर्छ, क्षुद्र सुखको चिन्ता कसले गरोस् ! हीरा–जुहारात हातमा छ भने गिर्खालाई मान्छेले मिल्काउँछ, त्याग गर्नै पर्दैन ।

त्यसैले मैले निरन्तर भन्नेगर्छु, ज्ञानीले कहिल्यै पनि केही त्याग्दैन; जुन व्यर्थ छ, त्यो स्वतः बिस्तारै छुट्छ । अज्ञानीहरू त्याग्छन्, त्यसैले त्याग उनीहरूका लागि कष्टप्रद हुन्छ । उनीहरूलाई सार्थक पक्षको पत्तो नै हुँदैन । व्यर्थलाई छोडने कोसिस गरिरहेका हुन्छन् । मनले समात्ने काम गर्छ । किनभने मनले भन्छ- अहिले म आफ्नो हातमा रहेका यी वस्तुहरू छोडिरहेको छु ! जुन हातमा छैन त्यसको के भरोसा ! त्यो छ कि छैन, पक्का थाहा छैन ।

त्यसैले म तिमीलाई केही पनि त्याग्नु भन्दिनँ; म तिमीलाई त्यसको स्वाद चाख मात्र भन्छु । त्यही स्वाद तिम्रो जीवनमा महात्याग हुनेछ । त्यो स्वाद पाएपछि तिमी आफैँले व्यर्थका कुराहरू थाहा पाउनेछौ । सत्य कुरा के हो भने जुन व्यर्थ छ, त्यसलाई कसैले पनि जानीजानी त्याग्दैन । त्यस्तो कुराहरूलाई मनुष्यले स्वतः छोड्न थाल्छ ।

मैले सुनेको कुरा हो, बङ्गालमा युक्तेश्वर गिरी नामका सन्त थिए । एकजना धनी व्यक्ति आएर भन्नलागे- तपाई महात्यागी हुनुहुन्छ ! उसको कुरा सुनेर गिरी खित्का छाडेर हाँस्न लागे र आफ्ना शिष्यहरूतिर फर्केर भन्नथाले- हेर, यी मानिस स्वयम् महात्यागी हुन् तर यिनी मलाई पो महात्यागी भन्छन् । सन्तले भने, मलाई तिमी नफँसाऊ !

सन्तको कुरा सुनेर ती व्यक्ति आश्चर्यमा परे । उनले यो कुरा सन्तको प्रशंसामा भनेका थिए, जानेर भनेका थिएनन् । शिष्यहरू पनि आश्चर्य मान्दै थिए; किनभने गिरी त्यागी नै हुन्, यसमा कुनै सन्देह थिएन । शिष्यहरूले भने, तपाईंका कुरा हामीले बुझेनौं । यी व्यक्ति ठीकै त भन्दैछन् ।

गिरीले भने- बाटोमा मानौं हीरा मिल्किएको छ र ढुङ्गा पनि मिल्किएका छन्; यी मान्छेले ढुङ्गा टिपेका छन् र मैले हीरा टिपें। र यी मलाई त्यागी भन्छन् !

को त्यागी हो ? महावीर त्यागी हुन् कि तिमी ? बुद्ध त्यागी हुन् कि तिमी ?

तिमी नै त्यागी हौ, किनभने झारझुसलाई टिपेका छौ। समाधिसुखलाई छोडेका छौ र व्यर्थ, क्षुद्र परिधिमा घटित हुने दुःख-मिश्रित घटनाहरू- जहाँ कुनै केही पनि शुद्ध छैन, जहाँ सबै अशुद्ध छन्, जहाँ सबै बासी छन्, जुठोपुरो मात्रै छ- तिनैलाई तिमीले बटुलेर बसेका छौ।

संसारीहरू मात्र महात्यागी हुन्; तर संसारी मानिसहरू संन्यासीहरूलाई महात्यागी भन्छन्। उनीहरूलाई संन्यासी त्यागी लाग्छ। साँच्चै उनीहरू दया गर्छन्, बिचरा ! सबै छुट्यो ! सबै छोडे, केही भोगेनन् ! सम्मान पनि गर्छन् भित्रभित्रै, गम्भीर मनले दया पनि गर्छन् र भन्छन्, हरे ! अबुझहरूले भोग नगरी सबै छोडे। केही मात्र भोगेका भए हुन्थ्यो !

उनीहरूलाई थाहै छैन, उनीहरू आफैसँग के भनिरहेका छन् ? संन्यासीलाई त महाभोग उपलब्ध भइसकेको छ। अस्तित्वले उनीहरूलाई महाभोगको निम्तो दिइसकेको छ।

तिमीहरूलाई म सबै कुरा छोड्नु भन्दिन; तिमीहरूलाई मैले बुझ्नु भनेको हुँ, स्वाद लिनु भनेको हुँ। त्यही स्वाद जो व्यर्थ छ तिम्रो जीवनबाट बिस्तारै-बिस्तारै काटिँदै जानेछ। जेजे व्यर्थ छन्, ती सबै छुटेर जान्छन्, त्यसलाई छोड्नै पर्दैन।

चौथो प्रवचन

चित्तको अतिक्रमणको उपाय

चित्तं मंत्रः ।	*चित्त नै मन्त्र हो ।*
प्रयत्नः साधकः ।	*प्रयत्न नै साधक हो ।*
गुरूः उपायः ।	*गुरू उपाय हुन् ।*
शरीरं हविः ।	*शरीर हवि हो ।*
ज्ञानमन्नम् ।	*ज्ञान नै अन्न हो ।*
विद्यासंहारे तदुत्थस्वप्नदर्शनम् ।	*विद्याको संहारबाट स्वप्न पैदा हुन्छ ।*

चित्त नै मन्त्र हो। मन्त्रको अर्थ होः जुन पटकपटक दोहऱ्याउँदा शक्ति अर्जित हुन्छ; जसको पुनरूक्ति शक्ति बनोस् । जुन विचारलाई पटकपटक पुनरूक्ति गरिन्छ, त्यो बिस्तारै-बिस्तारै आचरण बन्न पुग्छ । जुन विचारलाई पटकपटक दोहऱ्याइन्छ, जीवनमा त्यही प्रकट हुन शुरू हुन्छ । तिमी अहिले जे छौ, अनन्तपटक कुनै खास विचार दोहऱ्याएको परिणाम हो ।

सम्मोहनबारे निकै खोज भएका छन् । आधुनिक मनोविज्ञान सम्मोहनको गहिरो भित्री भागसम्मै खोतल्न सक्षम भएको छ। सम्मोहन प्रक्रियाको गूढ सूत्र के छ भने जुन विचारलाई वस्तुमा रूपान्तरित गर्नुछ त्यसलाई जतिपटक सम्भव छ, दोहऱ्याऊ। दोहऱ्याउँदा मार्ग बन्न थाल्छ; त्यही नै पछि मनको मार्ग बन्छ । नदी बगिरहन्छ, छेउबाट माटो हटाएर गहिरो बाटो बनाइदियो भने त्यो नहर बन्छ; त्यस्तै मनमा एउटा मार्ग बन्यो कुनै पनि विचारको भने त्यो विचार परिणाममा आउन शुरू हुन्छ ।

इमायल कुए फ्रान्सका प्रख्यात मनोवैज्ञानिक थिए । उनले लाखौं बिरामीलाई केवल मन्त्रद्धारा ठीक पारेका थिए। लाखौं बिरामी कुएकहाँ पुग्थे। उनको उपचार छोटो थियो। उनी बिरामीलाई

भन्थे– "तिमी दोहऱ्याँदै तेहऱ्याउँदै म बिरामी छैन, स्वस्थ छु, स्वस्थ भइरहेको छु भन। राति सुत्ने बेलामा यही कुरा दोहऱ्याऊ, बिहान उठेपछि पनि यही कुरा दोहऱ्याऊ, दिनमा जब सम्झना आउँछ त्यसबखत पनि दोहऱ्याऊ। बस् एकै विचारलाई दोहऱ्याइरहनू 'म स्वस्थ छु, म स्वस्थ छु' म निरन्तर स्वस्थ भइरहेको छु।"

चमत्कारै भन्नुपर्छ, कठिनभन्दा कठिन रोगका बिरामी पनि केवल यस पुनरूक्तिबाट ठीक हुनपुगे। कुए कहाँ चारैतिरबाट बिरामी पुग्न थाले। उपाय त धेरै नै सरल छ। मनोवैज्ञानिकहरूको भनाइ छ, बिरामीको चिकित्सामा ओखतीको काम त दस प्रतिशतको मात्रै हुन्छ, नब्बे प्रतिशत पुनरूक्तिले काम गर्छ। ओखती दिनको चारपटक वा आठपटक खाइन्छ। ओखती खाँदा प्रत्येक पटक मनमा यही भाव आउँछ- अब म ठीक हुन्छु; ठीक ओखती मैले पाएको छु।

होमियोपेथीका गोलीहरूमा केही पनि हुँदैनन्; तर त्यसबाट पनि बिरामीहरू त्यत्तिकै सङ्ख्यामा निको हुन्छन् जति एलोपेथीबाट। नाम चलेको डाक्टरले पानीमात्रै दिए पनि रोग ठीक भइहाल्छ; किनभने यहाँ प्रश्न ओखतीको हैन, असल डाक्टरमाथि बिरामीको भरोसा हो। यहाँ भरोसा पुनरूक्ति बन्नजान्छ। तिमीहरूलाई यस्तो पनि लाग्न सक्छ, जुन डाक्टरले तिमीसँग कम फिस लिन्छ, उनले निको पार्न सक्दैन। जुन डाक्टरले तिमीसँग बढी फिस लिन्छ, उसेले रोग निको पार्छ भन्ने भावना पनि तिमीमा हुनेछ। किनभने खल्ती रित्तो भएपछि भरोसा पनि बढ्छ्; तिमीलाई ती चिकित्सक ठूलै हुन् भन्ने लाग्छ। तिमीजस्ता ठूला बिरामीलाई डाक्टर पनि ठूलै चाहिँन्छन्। पुनरूक्ति।

मनोवैज्ञानिकहरूले एक प्रयोग गरेका छन्, जसलाई उनीहरूले प्लेसवो नाम दिएका छन्, त्यसको अर्थ हो–झूटो ओखती। बडो बिस्मय पार्ने जस्तो लाग्छ। एउटै रोगका पचास बिरामीहरू छन्; पच्चीसलाई ठीक औषधि दिइयो र अर्को पच्चीसलाई सादा पानी दिइयो। यो कुरा बिरामीहरूलाई थाहा थिएन। उनीहरू सबैले आफूले सही औषधि पाएको मानिरहेका थिए। परिणाम आश्चर्य ! औषधिबाट जतिजना बिरामी निको हुनपुगे, उत्ति नै पानी खाने पनि निको भए। प्रतिशत बराबर रह्यो।

त्यसैले पहिलोपटक ओखती गर्दा धेरै बिरामी निको हुन पुग्छन्। फेरि बिस्तारै-बिस्तारै सङ्ख्या कम हुँदै जान्छ। त्यसैले

जुनसुकै औषधि पनि दुई–तीन वर्षभन्दा बढी चल्दैन । किनभने पहिलोपल्ट औषधिको खोज गर्दा ठूलो भरोसा लाग्छ र भन्न थाल्छन्, अब खोज पूरा भयो राम्रा औषधिको । दुनियाँका बिरामीहरू त्यो नयाँ ओखतीबाट प्रभावित हुन्छन् । फेरि बिस्तारै–बिस्तारै त्यो ओखतीको भरोसा घटेर जान्छ; किनभने कुनै बेला यस्तो आउँछ त्यसबाट रोगीको रोग निको हुँदैन । कहिले जिद्दी गर्नेखाले रोगी पर्न सक्छ, उसले वास्तै गर्दैन न औषधिको, न डाक्टरकै । त्यसको कारणले अरू बिरामीहरूको भरोसा पनि कमजोर हुन थाल्छ । बिस्तारै–बिस्तारै ओखतीको प्रभाव हराएर जान्छ । त्यसैले हरेक दुई-दुई वर्षमा नयाँखाले औषधि खोज्नुपर्ने हुन्छ ।

औषधिको प्रभाव विज्ञापन ठीकसँग गरिएको छ भने मात्र हुन्छ । नयाँ औषधि हरेक अखबार, पत्रिका, रेडियो, टेलिभिजन, सबैतिरबाट प्रचार हुनुपर्छ । प्रचार बढी प्रभावशाली हुन्छ, औषधिका तत्वहरूभन्दा पनि बढी । किनभने त्यही प्रचारले बिरामीहरूलाई सम्मोहित गर्छ । त्यो प्रचार मन्त्र बन्छ । अखबार पल्टायो 'एस्प्रो' देखिन्छ, रेडियो खोल्यो एस्प्रो सुनिन्छ । टेलिभिजनमा गयो 'एस्प्रो' र बजारमा पुग्यो 'एस्प्रो' र होर्डिङ बोर्डमा पनि 'एस्प्रो'- त्यसैले सबैले एस्प्रोलाई पछ्याउँछन् । त्यो सामान्य टाउको दुखाइभन्दा पनि ठूलो बन्नपुग्छ; त्यसले दुखाइलाई पराजित गर्छ ।

पुनरूक्तिले शक्ति उत्पन्न गर्छ । मन्त्रको अर्थ होः कुनै चीजलाई पटक-पटक दोहऱ्याइरहनु ।

यो सूत्रले भनेको छः 'चित्त मन्त्र हो । *चित्तं मन्त्रः ।*

यसले भन्छ, अन्य कुनै मन्त्रको आवश्यकता छैन; तिमीले चित्तलाई बुझ्यौ भने चित्तको प्रक्रिया नै पुनरूक्ति हो । जन्मौं–जन्मदेखि तिम्रो मनले के गरिरहेको छ ? उसले केवल दोहऱ्याइरहेको छ । बिहानदेखि बेलुकासम्म तिमी के गर्छौ ? दिनदिनै त्यही दोहऱ्याइहन्छौ । जे तिमीले हिजो गरेका थियौ, जुन अस्ति गरेका थियौ, त्यही तिमीले आज पनि गर्दैछौ; त्यही तिमी भोलि पनि गर्नेछौ, यदि बदलिएनौ भने । तिमी जति-जति त्यही-त्यही गर्दै जानेछौ, त्यत्ति नै पुनरूक्ति प्रगाढ हुँदै जानेछ र तिमी झन्झटमा यसरी फँस्ने छौ बाहिर आउन मुश्किल हुनेछ ।

मान्छेहरू म कहाँ आउँछन् र भन्छन्, चुरोट खान छुटेन ।

उसका लागि यहाँ चुरोट मन्त्र बन्यो। उनीहरूले चुरोटलाई यतिपटक दोहऱ्याए कि दिनमा दुई प्याकेट रित्याइरहेका छन्, यसको मतलब भयो चौबीसपटक दोहऱ्याइरहेका छन् वा बीसपटक दोहऱ्याइरहेका छन्। बारम्बार दोहऱ्याएका छन्, र वर्षौंदेखि दोहऱ्याइरहेका छन्; आज आएर एकै दिनमा अचानक छोड्न चाहन्छन्। जुन चीज मन्त्र बनिसक्यो, त्यसलाई तत्काल छोड्न सकिन्न। तिमीले छोड्यौ रे, यसबाट के फरक पर्छ ? मनले माग गर्छ। शरीरले त्यसलाई दोहऱ्याउँछ। मन र शरीरले भन्छ– चाहियो ! यसैलाई तिमीहरू तलतल भन्छौ। तलतलको मतलब भयो जुन चीजलाई तिमीले मन्त्र बनायौ, त्यसलाई अचानक छोड्न चाहन्छौ। यो हुनै सक्तैन। जुन चीज मन्त्र बन्यो, त्यसलाई विपरीत मन्त्रबाट छुटाउनुपर्छ।

रूसका मनोवैज्ञानिक प्यावलबले यसमा धेरै अनुसन्धान गरेका छन्। प्यावलब एक्लो मान्छे हुन् जसले तलतल लाग्ने बिरामीलाई निको पार्न सफलता पाए। तिमी चुरोट खाने रोगका बिरामी छौ, छोड्न चाहन्छौ तर छुट्दैन, यस्तोमा प्यावलबले मन्त्रको प्रयोग गर्थे। उनको मन्त्र निकै प्रभावकारी थियो। उनी तिमीलाई चुरोट दिन्छन्। तिमीले हातमा चुरोट लिने बित्तिकै तिमीलाई बिजुलीको झट्का लाग्छ। झन्झनाउँछन् पूरै शरीरका भागहरू, चुरोट हातबाट तल खस्छ। यसरी सात दिनसम्म तिमीलाई प्यावलबले भर्ती गरेर अस्पतालमा राख्छन्, र जब तिमीले चुरोट समाउछौ बिजुलीको झट्का लागिहाल्छ। सात दिनभित्रै चुरोटको नाम मात्रै सुन्दा पनि तिमीलाई कम्पन छुट्न थालिहाल्छ। चुरोट पिउनुको रस भन्दा पनि वैराग्य आउँन थाल्छ। प्यावलबले यसरी हजारौं रोगीहरूलाई मन्त्रबाटै निको पारिदिए। प्यावलब भन्छन्, जबसम्म बानी परेकामा अझै कडा विपरीत बानी रोपिंदैन तबसम्म उनीहरू पुरानो बानीबाट छुट्कारा पाउँदैनन्।

तिम्रो जीवन अहिले जे जस्तो छ, तिम्रो मनको परिणाम हो। तिमी दोहऱ्याएर हिंडिरहेका हुन्छौ। तिमी क्रोधले बाहिर पनि हुन चाहन्छौ, तर तिमी दिनदिनै क्रोधलाई दोहऱ्याएरै हिंडिरहन्छौ। जति दोहऱ्याउँछौ, त्यति मजबुत हुन्छ। तिमीले कैयौपटक अब म यो गर्दिन भनेर किरिया खाइसक्यौ। किरिया खान्छौ र भन्छौ, अब म गर्दिन ! किरिया उल्लङ्घन हुन्छ, फेरि क्रोध गर्छौ। उपद्रो अरू

बढ्यो । योभन्दा त बरू राम्रो हुन्थ्यो किरिया तिमीले नखाएकै भए; किनभने अब यो दोहोरो मन्त्र हुन गयो । अब तिमीले बुझ्यौ, क्रोध किरियाभन्दा बढी बलियो रहेछ । क्रोधको अगाडि किरियाको कुनै मूल्य छैन । तिमी जतिसुकै व्रत बस, तिम्रो व्रत दुई कौडीको हो, क्रोध त्योभन्दा धेरै बलियो छ । क्रोध पनि सम्मोहन भएरै बस्यो । तिमीले किरिया खान्छौ, व्रत पनि लिने निर्णय गर्छौ, तिमीले यो पूरा हुने छैन भनेर पनि बुझ्नेछौ । तिमीले भित्रभित्रै त्यस समयमा पनि यो कुरा दोहऱ्याइरहेका हुनेछौ- 'अहँ हुँदैन; मैले व्रत लिई राखेको त छु, तर यो सफल हुँदैन ।'

पूरा गर्न सक्दैनौ भने भुक्किएर पनि व्रत नबस । त्योभन्दा राम्रो तिमी आफ्नो एउटै बानीमा बसिरहनू । व्रत लिएर भङ्ग गर्नु, साह्रै नराम्रो कार्य हो; किनभने तिमीले भङ्ग गर्ने बानी पनि सँगसँगै बसाल्यौ । फेरि तिमीले जीवनमा कहिल्यै पनि व्रत लिन पाउने छैनौ । तथाकथित गुरूहरूले तिमीहरूलाई हुनसम्मको अधार्मिक बनाएर छोडेका छन्; किनभने उनीहरू सस्तोमा व्रत दिन्छन् । तिमी मन्दिर जान्छौ, तिमी साधुकहाँ जान्छौ, मुनिकहाँ जान्छौ । उनीहरू भन्छन्– व्रत लिने गर ! त्यसको प्रभावमा, मन्दिरको शान्तिमा फेरि अहंकार जाग्छ । जब साधुले भन्छन् तिमी व्रतमा बस, तिमीले म व्रत लिन सक्दिन भन्न सक्दैनौ, बडो दीनजस्तो हुन्छौ; त्यसैले तिमी भनिदिन्छौ- आजबाट चुरोट छोड्दिन्छु ।

मेरो एक मित्र छ । उसको दिमाग थोरै खराब छ; तर तिमीहरूको भन्दा बेसै छ । ऊ जैन मुनिकहाँ गएछ । मुनिले भनेछन्, कुनै व्रत लिने गर्नू । मित्रले पनि कुरा राम्रै हो भनेर व्रत लिन्छु भन्यो । केही बेरपछि मुनिले सोधे, के व्रत लियौ ? उसले भन्यो, आजैदेखि बिँडी पिउने गर्छु ।

उसको दिमाग खराब छ; तर व्रतलाई भने उनले पालना गऱ्यो । ऊ त्यसबखतसम्म बिँडी पिउँदैन थियो । म तिमीहरूलाई भन्छु, उसले आफू बढी फाइदामा रहनुको उल्टो यस्तो उल्टो नियको पालना गऱ्यो जसले उसलाई अहित नै गर्थ्यो । मनले बिडी माग्दैन थियो तर उसले बिडी खाने व्रत लियो । उसको बिडी नखाने व्रत भने भङ्ग भयो । उसमा आत्माग्लानि बढ्यो । उसको दिमाग खराब छ; तिमीभन्दा बेसै छ । यति त भयो कि व्रत पूरा गरिछाड्यो ।

जब-जब व्रत भङ्ग हुन्छ आत्मग्लानि पैदा हुन्छ, अपराध पैदा हुन्छ, । जतिजति आत्मग्लानि पैदा हुन्छ, अपराध पैदा हुन्छ,त्यति नै तिमी दीन हुँदै जान्छौ । आत्मा त त्यसले पाउँछ जो सम्राट छ, जो दीन छैन । तिमी भने आत्माबाट पर हुँदै जानेछौ ।

मनको स्वरूपलाई बुझ्यौ भने तिमीले यो सूत्रलाई पनि बुझ्नेछौ । मनको सम्पूर्ण कला पुनरूक्ति हो । मन मन्त्र हो । मन मन्त्र हो । जे–जे तिमीले दोहऱ्यायौ, त्यही तिम्रो बानी बन्यो । जे–जे तिमी दोहऱ्याइरहन्छौ, त्यही नै तिम्रो जीवनमा आइरहन्छ । जन्मौं–जन्मदेखि तिमीले एउटै कुरालाई दोऱ्याइरहयौ, त त्यही कुरा तिमीलाई बारम्बार उपलब्ध भइरहेको छ । तिमी गलतलाई दोहोऱ्याउनेहरूसँग बाँधिएका छौ ।

अब के गर्ने त ? पहिलो कुरा–गलतलाई छोडिहाल्ने हतार नगर । गलतलाई नष्ट गर्ने कोसिस गर्नुभन्दा तिमी सहीपट्टि लाग्ने नयाँ मन्त्र सिक । तिमी चुरोट पिउँछौ भने पनि कुनै चिन्ता नगर; तिमी ध्यान सिक । चुरोट ध्यानमा धेरै बाधक बन्दैन । तिमी ध्यान सिक । तिमी ध्यानको मन्त्रलाई सघन पार्दै लैजाऊ । जुन दिन ध्यानको मन्त्रमा तिमी सफल बनौला, त्यस दिन तिमीलाई आत्म-गौरव उपलब्ध हुन्छ । त्यस आत्म–गौरव र ध्यानको सफलताको आडमा तिमीलाई चुरोट छोड्न सजिलो हुनेछ; किनभने तिमीले एक सकारात्मक मन्त्र पूरा गऱ्यौ ।

नकारात्मक नबन, अन्यथा तिमी मुश्किलमा पर्नेछौ । पश्चाताप, पाप, पीडा र उदासीपनले तिमीलाई ग्रसित पार्छ । तिम्रा साधुहरू मन्दिरमा बसेका छन्, ती सबै उदास छन् । उनीहरूका जीवनमा कुनै हाँसो छैन, कुनै खुशी छैन, कुनै प्रसन्नता, प्रफुल्लता छैन; किनभने उनीहरूले नकारात्मक मन्त्र उपयोग गरिरहेका छन् । नेगेटिभ उनीहरूको खोज हो । जे-जे गलत थियो उनीहरूले छोडे । म तिमीहरूलाई भन्छु, गलतलाई छोड्न हतार गरिनहाल; तिमी सहीलाई समात्ने चाहिं काम चाँडै गर । जुन दिन सहीलाई तिमीले लिनेछौ, त्यसपछि गलतलाई छोड्न सजिलो पर्छ । तिमी रोगविरूद्ध युद्ध नगर; तिमी स्वास्थ्य पाउने कोसिसमा लाग । त्यही कुरा त कुएले आफ्ना बिरामीहरूलाई भन्छन् । उनी हामीलाई भन्छन्- तिमीहरूले म स्वस्थ हुँदैछु भनेर दोहऱ्याइरहनू, तिमीहरूले यही भावलाई दोहऱ्याउनू ।

यसको विपरीत पनि तिमी गर्न सक्छौ। तिम्रो टाउको दुखेको छ तर तिमी मेरो टाउको दुखेको छैन पनि भन्न सक्छौ। तर जतिपटक तिमी यसो भन्छौ, त्यत्तिपटक 'टाउको दुख्यो' शब्दलाई तिमीले दोहऱ्याएका हुन्छौ। तिमी भनौला मलाई टाउको दुखेको छैन, साँच्चै दुखेको छ भने तिमीले भनेर मात्रै के हुन्छ ? भित्र तिमीलाई थाहा छ तिम्रो भनाइ झूटो हो। बाहिर तिमी जतिसुकै भन दुखेको छैन; तर दर्द त भइरहेकै छ। भित्र त तिमीले भनेका हुन्छौ, दुखिराखेको छ। यही त कुए भन्छन्, दोहोऱ्याइरहेका छौ; तर दुखाइ चालु नै छ। कुएले भन्दैमा तिम्रो दुखाइ हट्दैन; तिम्रो दुखाइ त तिम्रै भित्री प्रक्रियाबाट मात्र हट्छ। नकारात्मक शब्दलाई लिइराख्ने नगर।

यसैले म तिमीहरूलाई भन्छु- संसारलाई छोड्ने कोसिस नगर बरू परमात्मालाई पाउने कोसिसमा लाग। यसैले म भन्छु- त्यागको दिशातिर नजाऊ; परम् भोगको खोज गर्। जे गलत छ, त्यसपट्टि आँखा नदौडाऊ; किनभने गलतलाई छाड्न पनि गलततिरै हेर्नुपर्ने हुन्छ, बारम्बार। जति तिमी हेरिरहन्छौ, त्यति नै मन्त्र दोहरिइराख्ने हुन्छ। जुन चीज हेरिरहन्छौ, त्यसमा तिमी सम्मोहित हुन्छौ।

दुनियाँमा धेरैभन्दा धेरै खोज कार एक्सिडेन्ट विषयमा भएको छ; किनभने अचेल कार एक्सिडेन्टबाट यति मान्छे मर्ने गर्छन्, त्यति युद्धमा पनि मरेका थिएनन्। दोस्रो महायुद्धमा एक वर्षमा जति मान्छे मरे, त्यसको दुई गुणा मान्छे केवलकार एक्सिडेन्टबाट मरिरहेका छन् दुनियाँमा। असाध्यै ठूलो सङ्ख्या हो यो। यसमा केही गर्नु जरूरी छ। धेरै प्रकारका तथ्यहरू प्रकाशमा आएका छन्।

प्रकाशमा आएका तथ्यअनुसार कार एक्सिडेन्ट धेरैजसो रातको बाह्र र तीन बजेबीचमा हुनेगर्छ। किनभने यो समय निद्राको समय हो। मन तन्द्रामा हुन्छ, होश हराएको हुन्छ। त्यो होश हराएको क्षणमा सम्मोहन निकै सजिलोसँग हुन्छ। ड्राइभर सम्मोहित हुनपुग्छ; किनभने कारको आवाज बारम्बार दोहोरिइरहन्छ। आँखा सडकमा गढेको हुन्छ, त्यही सडक सयौं माइलसम्म हिंडिरहेको हुन्छ। मनोवैज्ञानिकहरू भन्छन्, सडकको बीचमा केरिएका सेता धर्काको कारणले हजारौं मानिसहरू दुर्घटनामा पर्छन्। किनभने त्यो धर्कोलाई हेर्दा, हेर्दा, हेर्दा, हेर्दा, ड्राइभर त्यसैमा एकोहोरिन पुग्छ, सम्मोहित भइदिन्छ। ऊ होशमा नभएर नशामा छ। बाह्र र तीनको बीच यसै

पनि निद्राको बेला हो, कारको एकनास गुन्जिरहने आवाजले निरसपना आउँछ, त्यसले निद्रा ल्याइदिन्छ, त्यो मन्त्र बन्न पुग्छ। एउटै सडक र रातमा हुने बिरसिलोपन; किनभने न वरिपरिका कुनै वृक्ष देखिन्छन्, न पहाड देखिन्छन्, केवल सडक देखापर्छ। फेरि बीचमा तानिएका सीधा धर्का।

तिमीहरूले पनि एउटा सानो प्रयोग गरिहेर। एउटा कुखुरोलाई टेबुलमाथि राख। सीधा धर्का तानिदेऊ। कुखुरोको गर्धनलाई निहुर्‍याइदिएर धर्कोसँग सीधा पारिदेऊ, ताकि धर्को त्यसले देखोस्। तिम्रो काम सकियो छोडिदेऊ। कुखुरो त्यहीँ बसिरहन्छ। ऊ हट्दैन; ऊ सम्मोहित भयो। ऊ घण्टौंसम्म त्यही हालतमा बसिरहन्छ। ऊ धर्कोसँग बाँधिएको छ; धर्कोले उसलाई समात्यो।

मनोवैज्ञानिकहरू भन्छन्, ड्राइभरलाई धर्कोले नै समात्छ। यसैले उनीहरू भन्छन्, सडक सीधा नबनाऊ; सडकमा फरकपन हुनुपर्छ, ताकि ड्रइभरको तन्द्रा भङ्ग होस्। एकनास पुनरूक्ति हुनुहुँदैन। उनीहरू यस्तो सुझाव पनि दिन्छन्- कारको आवाज पनि बीचबीचमा थोरैथोरै बदलिइरह्यो भने दुर्घटनामा सुधार हुन्छ। बदलिंदा तन्द्रा भङ्ग हुन्छ र सयौं दुर्घटनामा कमी आउँन सक्छ।

तिम्रो जिन्दगीकै दुर्घटनाहरू पनि सयौं कम हुन सक्छ। पहिलो कुरा गलततिर आँखा नडुलाऊ, किनभने जे तिमी हेर्छौ, त्यो तिमीभित्र उपस्थित हुन्छ। अनि तिमी गलततिर आँखा डुलाउन आदी बन्छौ साथै तिमीभित्र जे-जे खराबी छन्, त्यसैमा तिम्रो ध्यान गइरहन्छ। क्रोधीले प्रायः कसरी छुट्कारा पाउँ भनेर क्रोधतिरै ध्यान दिइरहन्छ। भलै उसले छुट्कारा पाउनलाई म क्रोधतिर ध्यान दिंदैछु भनेर सोचेको होस्। जति तिमी क्रोधतिर ध्यान दिइरहेका हुन्छौ, त्यत्ति नै क्रोधको धर्कोबाट तिमी सम्मोहित भइरहनेछौ भन्ने कुरा उसले बुझेको हुँदैन। कामीले काम वासनामा मात्र ध्यान दिइरहेको हुन्छ।

मैले सुनेको कुरा हो, मुल्ला नसरूद्दीन बूढा भए, सय वर्ष पुगेका थिए। पत्रकार उनको घरमा उनीसँग भेट्न आए; किनभने त्यो ठाउँमा सय वर्ष उमेरका उनी एक्लो मानिस थिए। उनले नसरूद्दीनलाई कैयौं प्रश्न सोधे। तीमध्ये यो प्रश्न पनि थियो- "स्त्रीसम्बन्धमा तपाईंको विचार के छ ?" नसरूद्दीनले भने- "यो प्रश्न

नसोध मसँग । तीन दिनदेखि नै मैले यस सम्बन्धमा सोच्नै छोडिदिएँ ।"

सय वर्षको मान्छे, त्यो पनि भर्खर तीन दिनअघिसम्म यसबारे सोचिनैराख्थ्यो । स्त्रीले समातिरहन्छन्; किनभने तिमी त्यसबाट छुट्न चाहन्छौ । त्यो तिम्रो नकारात्मक मन्त्र बन्न गयो । तिमी जेबाट छुट्न चाहन्छौ, त्यसबाट तिमीले छुट्कारा पाउँदैनौ । तिमीले गलतलाई हेर्न लाग्यौ भने गलततिरै तिम्रो ध्यान गइरहेका हुन्छौ ।

महावीरले ध्यानका चार रूप हुन्छन् भनेका छन्– दुईटा गलत, दुईटा सही । दुनियाँमा आजसम्म कुनै पनि मान्छेले गलतलाई ध्यान भनेका छैनन्, महावीरले भनेका छन् । मनोवैज्ञानिकहरू उनीसँग राजी होलान् । मनोवैज्ञानिकहरूले भनेका छन्, गलत ध्यान पनि ध्यान हो । जस्तै क्रोधी ध्यानमग्न भइदिन्छ, किनभने क्रोधमा उसका लागि सम्पूर्ण दुनियाँ मेटिएर जान्छ । क्रोधमा चित्त एकाग्र बन्छ । त्यसैले क्रोधमा शक्ति भएको हो ।

तिमीले कहिल्यै याद गरेका छौ ? क्रोधी मान्छे आफूभन्दा दुई गुना बढी बल भएको मान्छेलाई उचालेर फ्याँक्न सक्छ क्रोधमा । होशमा हुन्थ्यो र क्रोधमा हुँदैनथ्यो भने पच्चीसपटक सोच्थ्यो, यो मान्छेसँग झगडा गर्नु ठीक छैन, मभन्दा दुईगुना बलवान् छ । क्रोधमा मान्छेले ठूलोभन्दा ठूलो ढुङ्गो पन्छाइदिन्छ; होशमा सोच्न पनि सक्ने थिएन । क्रोधमा मान्छेले जे पनि गरिदिन्छ; क्रोधमा शक्ति जाग्छ । के हुन्छ त्यसबेला ? शरीरमा बाँडिएका शक्ति एकाग्र भइदिन्छन् । जसरी सूर्यको किरणहरू एकत्रित पारिएमा त्यसबाट आगो निस्कन्छ । त्यस्तै क्रोधमा चित्त एकत्रित हुनपुग्छ, आगो पैदा हुनपुग्छ । महावीरले त्यसलाई पनि ध्यान भनेका छन् ।

महावीरले भने- आर्त र रौद्र, दुई गलत ध्यान हुन् । दुःखमा पनि मानिस ध्यानमग्न बन्नपुग्छ । कोही मऱ्यो । तिमी रून्छौ, विलाप गर्छौ, कराउँछौ, बस् एउटा कुरामा ध्यान अड्किएको छ ।

गलत ध्यानबाट बच । तिमीहरू सबै गलत ध्यानमा लागेका छौ । तिम्रो जीवनको दुःख नै यही हो, मूल पीडा र रोग यही हो, तिमीले आफ्ना आँखा गलत ठाउँमा गाडेका छौ । जे गलत छ, त्यसलाई छोड्नुछ । तिमीले सोचिरहेका छौ, छोड्नकै लागि म यो भनिरहेको छु । त्यही ध्यानकै कारणले तिमीले छोड्न सकेका छैनौ ।

म तिमीलाई भन्छु, संसारको चिन्ता छोडिदेऊ; तिमी परमात्मामा ध्यान लगाऊ। तिमी क्रोधी छौ, सारा दुनियाँ क्रोधी छ, क्रोधमा आँखा गाडिनराख; करूणामा आँखा गाड। तिमी जे सही छ, त्यसैलाई ध्यानमा राख। र जसै सही रूपले शक्ति बढ्छ, गलतबाट शक्ति समाप्त भएर जानेछ। किनभने शक्ति त एउटै हुन्छ, तिमी त्यसलाई सबैतिर लगाउन सक्दैनौ। तिमीले शान्त हुने चेष्टामा ध्यान लगायौ र तिमी अशान्त हुन चाह्यौ भने त्यसका लागि चाहिँदो शक्ति तिमीसँग हुँदैन, किनभने शक्ति शान्तितिर बगेर गएको हुन्छ। जसले शान्तिको स्वाद पाएको छ, ऊ अशान्त हुन किन चाहन्छ ? अशान्त त उही हुन्छ जसले शान्तिको स्वाद पाएको छैन। जसले परमात्माको रस लिएको छैन, ऊ संसारमा डुबिरहन्छ, लिप्त भइरहन्छ।

यसलाई ज्यादै ठीकसँग ध्यानमा राख। नकारबाट बच। खराबलाई छोड्नुको चिन्तै नगर; किनभने छोड्ने कार्यमा तिमी सम्मोहित हुनेछौ अनि खराबलाई तिमीले कहिल्यै पनि छोड्न सक्ने छैनौ। जसलाई हामी छोड्न चाहन्छौं, त्यसमा एक नियन्त्रण अथवा पकडपन आउँछ।

मैले सुनेको कुरा हो, एकजना मान्छे होटलमा बस्न आयो। म्यानेजरले भने, हामी अहिले तपाईलाई कोठा दिन सक्दैनौ। कोठा त खाली छ; तर त्यसको ठीक तलतिरको कोठामा एकजना मान्छे बसेको छ, ऊ ज्यादै उपद्रो मच्चाउने खालको छ। सानो नै किन नहोस् माथिबाट आवाज अएमा झगडा गर्न माथि आइपुग्छ। उसैको कारणले माथिको कोठा हामीले खाली छोडिदिएका छौं। त्यो मानिसले भन्यो, तपाईंले यसको चिन्ता गर्नैपर्दैन किनभने म दिउँसभर बजारतिरै हुन्छु। रातको एघार–बाह्र बजेतिर मात्र कोठामा फर्कन्छु, फर्केर सुतिहाल्छु। भोलि बिहान तीन बजेको गाडी मैले चढ्नुछ। तीन घण्टा मुश्किलले म यो कोठामा बस्ने हो। मबाट तपाईलाई समस्या पर्दैन। फेरि म यसबारे सजग पनि रहनेछु। तपाईंले यी कुरा मलाई भन्नुभएर ठीकै गर्नुभो।

त्यो मान्छे बाह्र बजेतिर थाकी–ओरि बजारका काम सकेर कोठामा फर्कियो। खाटमा बस्यो। एउटा जुत्ता फुकालेर भुइँमा फाल्यो, ढ्याङ आवाज गऱ्यो। जुत्ता भुइँमा खसिसकेपछि उनलाई याद आयो कहीँ त्यो मान्छेको निद्रा खल्बलियो कि ? उसले दोस्रो

जुत्तालाई बिरालोको चालमा बिस्तारै भुइँमा राखेर सुत्यो । यस्तै पन्ध्र मिनेटपछि तलको मान्छे माथि आएर ढोका ढक्ढक्यायो । ढोका खोल्दा त्यही मानिस अभिएको रहेछ । ऊ रिसले चूर भएको थियो । ऊ आत्तियो, यो राति, अँध्यारो, अब के गर्ने ! उसले सोध्यो, के भूल हुन गयो मबाट ? म त सुतिसकेको थिएँ । त्यो मानिसले भन्यो, भूल ! अर्को जुत्ता के भयो ? पहिलो खस्यो मैले थाहा पाएँ । फेरि अर्कोचाहिँ के भयो नि, त्यसको त आवाजै आएन ? यो सोचेर म सुत्नै सकिँन । त्यो दोस्रो जुत्ता मेरो दिमागमा झुण्डिरहेको छ । त्यो दोस्रो जुत्ताबारे के भयो म निश्चिन्त हुन आएको ।

हामी सबैले दोस्रो जुत्ता चाहिँ दिमागमा झुण्ड्याएका छौं– त्यो नकारको हो । तिमीले यो छोड्नुछ, यो छोड्नुछ, यो खराब हो– र यति धेरै खराबी छन् कि जीवन छोटोजस्तो भान पर्छ, तिमीले छोड्न सक्नेछैनौ । ठाउँ–ठाउँमा खराबी छन्, कुना–कुनामा खराबी छन्, पूरा जीवन खराबीबाटै भरिएको छ । तिम्रा साधु–सन्तले तिमीलाई अपराधले मात्र भरिदिन्छन्; किनभने उनीहरूले तिमीलाई भन्छन्- यो गलत, त्यो गलत, त्यो झन् गलत, उनीहरूबाट तिमीले सही खबर नै पाउन्नौ । किनभने उनीहरू भन्छन्, जबसम्म गलत छुट्दैन, तबसम्म सही तिमीले पाउँछौ कसरी ? उनीहरूका भनाइ तर्कयुक्त लाग्छन् । उनीहरू भन्दैछन् जबसम्म अँध्यारो हट्दैन, प्रकाश आउँछ कसरी ?

म तिमीहरूलाई भन्छु, तिमीले उनीहरूका भनाइ सुन्यौ र जतिसुकै तर्कयुक्त लागून्, तिमी भौंतारिन्छौ जन्मौं–जन्मसम्म । उनीहरूकै कुराले तिमी भौंतारिएका हौ । तिमीलाई कुनै राक्षसले कुमार्गमा लाग्न लगाएको हैन; तिम्रा तथाकथित सन्तहरूले गरेका हुन् । किनभने उनीहरूका कुरा तर्कयुक्त लाग्छन्, उनीहरू भन्छन्- जबसम्म गलत छुट्दैन, ठीक कसरी मिल्छ ! तिमीले कहिल्यै कोसिस गऱ्यौ अँध्यारो हटाउने ? अँध्यारो हटेपछि बत्ती बाल्छु भनेर बस्यौ भने तिमीले कहिल्यै बत्ती बाल्न पाउने छैनौ । म तिमीहरूलाई भन्छु, बत्ती बाल । अँध्यारोको चर्चा नगर; किनभने बत्ती बलेपछि अँध्यारो स्वतः हट्छ । तिमी प्रकाश ल्याऊ; अँध्यारोलाई ध्यान नदेऊ ।

दुनियाँमा कसैले अँध्यारोलाई कहिल्यै हटाउन सकेन । खराबीलाई कहिल्यै हटाउन सकिन्न; बरू भलाइ ल्याउन सकिन्छ ।

संसार कहिल्यै छोड्न सकिन्न; तर आत्मा पाउन सकिन्छ । आत्मा पाएपछि संसार छुट्छ । हामीले त्यसलाई समातेको यस कारणले हो कि त्योभन्दा बेस हामीले देखेनौं । जबसम्म राम्रो देखा पर्दैन, तिमी त्यसलाई छोड्छौ पनि कसरी ? तिमी छोड्न चाहौला, तर पनि तिमीले छोड्न पाउने छैनौ । तिमी लडौला, दिक्क मानौला; तिमीले आफूलाई थकाऔला, मेटाऔला; त्यसपछि पनि कहीँ पुग्ने छैनौ । तिम्रो जिन्दगी व्यर्थको दौड–धूप मात्रै हुनेछ । फेरि तिमी फर्केर आउँनेछौ शरीरतिरै, फेरि त्यही चक्र शुरू होला । जो जोगिन्छ खराबतिर ध्यान दिनबाट, उसलाई भलाइ उपलब्ध हुन्छ ।

चित्त मन्त्र हो– खराबीका लागि उपयोग गर कि भलाइका लागि । पुनरूक्ति शक्ति बन्न जान्छ । तिमीबाट क्रोध भइरहन्छ, यसलाई स्वीकार गर । कतिपटक रिस उठ्छ ? तिमी रिस उठेकोमा पश्चाताप पनि नगर । तिमी क्रोधसँग लडभिड पनि नगर । जतिपटक रिस उठ्छ, त्यत्तिपटक करूणाका कार्य पनि गर । जतिपटक अरूलाई तिमीले हानि पुऱ्याउँछौ, त्यत्तिपटक अरूलाई लाभ पनि पुऱ्याऊ । तिमी अलिकति भए पनि लाभ पुऱ्याएबापतको रस पनि लिने गर । खराब भयो भनेर आफूलाई दण्ड नदेऊ; भलाइको पुरस्कारको रस भोग गर । खराबी भएकोमा आफूलाई कष्ट नदेऊ; थोरै भए पनि भलो गर, त्यसको स्वाद लिऊ । तिमीले कसैलाई गाली गरेका छौ भने कसैको प्रशंसा गर, कसैको गुणगान पनि गर । गालीको रस तिमीले थुप्रै लिइसक्यौ, अब कसैको गुणग्राह्यताको रस पनि लिऊ ।

काढाँमा नअल्झिनू; ध्यान फूलमा देऊ । काँढामा तिमी अल्झियौ भने फूलसम्म कहिल्यै पुग्न सक्दैनौ । काँढा धेरै छन् । तिमी फूलमा पुगुन्जेल यति रगताम्य हुनेछौ कि स्वयम् फूलले पनि तिमीलाई सुख दिन सक्दैन । फूलकै स्पर्शले पनि तिमीलाई पुलकित गर्नेछैन । तिमी शरीरभरि घाउ लिएका हुनेछौ । फूलले पनि कष्ट दिनेछ; किनभने घाउ पहिल्यैदेखि लागेको रहेछ भने फूलले पनि पीडा दिनेछ । त्यसैले काढाँमा ध्यान नदेऊ; ध्यान फूलमा देऊ । तिमी फूलको रसमा डुब्यौ भने तिमीले एकदिन चाल पाउनेछौ काँढा छँदैछैन; किनभने फूलको रसमा डुब्नेलाई काँढाले पनि घोच्न सक्दैन ।

प्रमुख प्रश्न फूलको रसमा डुब्नु हो; विस्मय– विमुग्ध बन्नु हो । प्रमुख कुरा त परमात्मारूपी मदिरा पान हो, त्यसपछि तिमीलाई यस

संसारको मदिराले आकर्षित गर्न सक्तैन। अन्यथा तिमी लडभीड गर्नेछौ र उनैबाट पराजित बन्नेछौ। खराबीसँग लड्ने स्वयम् खराबीसँगै पराजित हुन्छ। खराबीसँग लड्ने मनले खराबीकै मन्त्र बनाउँछ; किनभने *चित्त मन्त्र हो*। चित्तको यस प्रक्रियालाई बुझ, चित्तले दोहऱ्याइरहन्छ।

तिमीले याद गरेका छौ ? एक सातासम्म आफ्नो चित्तको निरीक्षण गर, टिपोट गर चित्तले जेजे दोहऱ्याउँछ। बर्तुलाकारमा चित्तले भ्रमण गरेको तिमी अनुभव गर्छौ। तिमीले ठीकसँग निरीक्षण गऱ्यौ भने तिमीले पाउँनेछौ- रात आउँछ, दिन आउँछ, बिहान हुन्छ, साँझ हुन्छ। त्यस्तै गरी चित्तमा क्रोध बेरिएको समय हुन्छ; प्रेम बेरिएको समय हुन्छ, कामवासना बाँधिएको समय हुन्छ; लोभ बेरिएको समय हुन्छ; ठीक यसै गरी लोभले तिमीलाई अँठ्याउँछ, जसरी भोकले अँठ्याउँछ। तर तिमीले यी कुरालाई कहिल्यै पनि निरीक्षण गरेका छैनौ। अन्यथा तिमीले आफ्नो अट्ठाईस दिने क्यालेन्डर बनाएर लेख्ने छौ- सोमाबारको बिहान म सावधान हुनुपर्छ। पत्नी-बच्चाबच्ची वा घरपरिवारले यो बुझेर सोमबारको बिहान पितासँग टाढै रहनुपर्छ भन्नेछन्। र यसको उपयोग हुन सक्छ; किनभने तिमी सोमबारको बिहान.... ठीकसँग निरीक्षण तिमीले गऱ्यौ केही दिनसम्म भने तिमीले औंल्याउन सक्नेछौ त्यो बिन्दु जहाँ वर्तुलझैं तिम्रो मन घुम्ने गर्छ। शरीर वर्तुलाकार हुँदैहुँदैन मनचाहिँ वर्तुलाकार हुन्छ।

यस जगत्मा सबै गतिहरू वर्तुलाकार हुन्छन्, सर्कुलर हुन्छन्। चन्द्र–तारा गोलाकारमा घुम्छन्। पृथ्वी गोलाकारमा घुम्छ। सबै चीज गोलोमा घुम्छन्। तिम्रो मनका ऋतुहरू पनि गोलोमै घुम्छन्। जस्तो स्त्रीहरूको मासिक धर्म ठीक अट्ठाइस दिनमा एक वर्तुल पूरा हुन्छ।

अचेल मनोवैज्ञानिकहरू भन्छन्, पुरुषकै भित्र पनि त्यस्तै नै रासायनिक प्रक्रिया हुन्छ अट्ठाइस दिनको स्त्रीहरूको झैं, किनभने पुरुष र स्त्रीको शरीरमा त्यति भिन्नता हुँदैन। तिमीले याद गरेको हुनुपर्छ, स्त्रीहरूको जब मासिक धर्म हुन्छ, उनीहरू बढी झर्कोफर्को गर्ने, बढी झगडालु, क्रोधी, उदास, खिन्न, अशान्त हुन्छन्। हिन्दुहरू ज्यादै होशियार थिए। उनीहरूले चार दिनका लागि बेग्लै कोठामा स्त्रीहरूलाई राखिदिन्थे। किनभने त्यो समयमा उनीहरूबाट सहज व्यवहारको आशा गर्नु ठीक हुँदैन; उनीहरूको शरीरमा रासायनिक

प्रक्रिया यति धेरै भइरहन्छ कि ती रासायनिक प्रक्रियामा बढी सजग भइराख्न उनीहरूलाई मुश्किल हुनेछ। तिनीहरू बेहोश पनि हुन सक्छन्।

ठीक अट्ठाइस दिनमा हरेक पुरूषलाई पनि यस्तै हुन्छ। पुरूषको पनि मासिकधर्म हुन्छ। फरक यत्ति हो बाहिर रक्तस्राव हुँदैन; तर भित्र रस–ग्रन्थिहरूमा रक्तस्राव भइरहन्छ। देखिँदैन; तर हरेक अट्ठाईसौं दिनमा तिमी पनि उदास, खिन्न र अशान्त हुनपुग्छौ।

तिमी यसबारे थोरै निरीक्षण गरिहेर। तिमीले आफ्नो मनमा एक वर्तुल पाउँनेछौ, जुन अट्ठाईस-अट्ठाईस दिनमा पूरा हुन्छ, चार हप्तामा पूरा हुन्छ। त्यस वर्तुलमा तिमीले बिस्तारै–बिस्तारै निरीक्षण प्रक्रिया प्रगाढ गऱ्यौ भने ठीक-ठीक बिन्दु थाहा पाउने छौ। कुनबेला के हुन्छ, तिमीलाई थाहा हुन्छ। तब तिमी चकित हुनेछौ। अनि तिमीलाई ज्ञान हुनेछ, तिमी क्रोधित कुनै अरू कारणले नभएर आफ्नै भित्री कारणले भएका रहेछौ, अरू त बहाना मात्रै हुन्। अनि तिमीले अरूमा दोष पनि थोपर्ने छैनौ। तिमी आफू रिसाउँदा अरूसँग क्षमा माग्नेछौ र भन्नेछौ- मलाई माफ गर्नोस्, अहिले मेरो दशा, मौसम ठीक छैन। यो संयोगको कुरा हो, तिमी अगाडि पऱ्यौ, कुनै अरू परेको भए ऊमाथि यो उपद्रो वर्षने थियो।

आत्म-निरीक्षणबाट तिमीले मन एक वर्तुलमा घुमिराखेको छ भन्ने कुरा सजिलै थाहा पाउँनेछौ। त्यो एक मन्त्र हो। तिमीले यो कुरालाई बुझ्नेनौ भने त्यो वर्तुलमा तिमी भौंतारिरहन्छौ। त्यसैले हिन्दुहरूले संसारलाई चक्र भनेका हुन्। त्यो घुमिरहन्छ। र तिमी त्यही नै गरिरहेका छौ बारम्बार। मैले नयाँ गरिहेको छु भनेर नसम्झनू किनभने तिमी त्यही गरिरहेका छौ जे सबैले गरिरहेका छन्। जब पहिलोपटक तिमी प्रेममा पर्छौ तिमीले आफूलाई भन्छौ- संसारमा शायद यस्तो अनौठो घटना कहिल्यै भएकै थिएन। तर सधैं घटित भइरहेका छन्। त्यही कार्य सबैले गरिरहेका छन्। पशु-पक्षीले गरिरहेका छन्, रूखबिरूवाले गरिरहेका छन्, मान्छेले गरिरहेका छन्। कुनै प्रेम तिमीमा मात्र घटित भइदियो, यस्तो हैन; सबैलाई त्यस्तै घटित भएको छ। क्रोध पनि सबैलाई त्यसरी नै घटित हुन्छ।

यस वर्तुलको बाहिर केवल एक चीज छ- त्यो हो ध्यान, जुन स्वयम् घटित हुँदैन । बाँकी अरू सबै स्वयम् घटित हुन्छन्, प्रेममा तिमीले केही गर्नुपर्ने जरूरतै हुँदैन । तिमी पाङ्ग्रोमा बसेर हेर, पाङ्ग्रो स्वयम् घुमिराखेकै छ, तिमी त्यसमा बाँधिएर स्वतः घुम्दै रहनेछौ । केवल एक त्यस्तो घटना छ जुन यस वर्तुलभन्दा बाहिर छ, तिमी बेतोडले उफ्रेर यो चक्रबाट बाहिर निस्क, त्यो ध्यान हो। त्यो स्वयम् आफैं घटित हुँदैन । त्यो कुनै बेला कुनै बुद्धमा मात्रै घटित हुन्छ ।

पश्चिमी जगत्का ज्यादै प्रसिद्ध इतिहासकार अर्नाल टायनबीले हिसाब निकालेका छन्, उनका अनुसार अहिलेसम्म केवल छजना यो चक्रबाट बाहिरीन सके मनुष्य-जातिको इतिहासमा । छजना नभएका होऊन्, साठी भएका होऊन्, सङ्ख्या बढी महत्वपूर्ण होइन । त्यो एक असम्भव घटना हो । प्रेम, क्रोध, लोभ; यी सामान्य घटना हुन्; सबैमा घटित हुन्छन; जनावरहरूमा पनि घटिरहेका हुन्छन् । यसैकारण पनि तिमी मनुष्य बन्दैनौ । तिम्रो जीवनमा मनुष्य हुनुको सूत्र त त्यसैदिन घटित हुन्छ, जुन दिन तिमी यो चित्तको मन्त्रबाट बाहिरिने छौ । चित्तको वर्तुलाकार भ्रमणबाट बाहिर निस्क । यो चित्तको चक्र टुटेर जाओस् र तिमी त्यहाँबाट बाहिर निस्क- त्यो ध्यान हो ।

ध्यान वर्तुलाकार हुँदैन । ध्यान एक स्थिति हो, मन एक गति हो । ध्यान स्थिर हुनुको नाम हो; मन भड्किइरहने वस्तुको नाम हो । भड्किइराख्ने पनि कुनै नयाँ ठाउँमा हैन, बरू त्यही ठाउँमा फेरि-फेरि, त्यही ठाउँमा फेरि-फेरि । तेल पेल्ने कोलको गोरूकै झैं तिमी घुमिरहेका छौ । सचेत भएर हेऱ्यौ भने बुझिहाल्छौ । यो कुनै सिद्धान्त हैन, यो तथ्य हो । तिम्रो मनको वर्तुलाकार भ्रमण हुनु र तिम्रो मनको मन्त्र भाँती हुनु कुनै दर्शन-शास्त्रको सिद्धान्त हैन । यो तिम्रो जीवनको तथ्य हो ।

ज-जसले जीवनलाई बुझ्ने कोसिस गरे, उनीहरूले यसको आविष्कार गरेका हुन् । यो कुनै विचारबाट निर्णित सिद्धान्त हैन; अनुभवले पाइएको तथ्य हो । तिमी पनि यसलाई अनुभवबाट पाउन सक्छौ । मैले भनेकै भरमा मान्नु जरूरत छैन । शिवले भने- यसकारण मान्ने जरूरत छैन । तिमीसँग आँखा छन् । आँखा बन्द गरेर मनलाई केही दिनसम्म नियालिराख, तब तिमी चकित हुनेछौ ।

तब तिमीले आफूलाई यस चक्रमा बाँधिएको थाहा पाउनेछौ। र सम्पूर्ण प्रकृति यही चक्रबाट बाँधिएको छ। तिम्रो मनुष्यताको घोषणा यसमा छैन, तिम्रो गरिमा यसमा हुँदैन। तिम्रो गरिमा यसको बाहिर निस्कनुमा हुन्छ। यसै क्षण तिमीमा बुद्धत्व उदाउँनेछ वा शिवत्व आउँनेछ।

'चित्त मन्त्र हो।'

पुनरूक्ति, रिपिटेसन, चित्तको स्वभाव हो,। त्यसैले चित्तको जगत्मा कहिल्यै कुनै नयाँ चीज घटित हुँदैन। चित्तको जगत्मा कहिल्यै पनि कुनै मौलिकतत्व घटित हुँदैन; त्यहाँ सबै बासी र पुराना हुन्छन्-सबै जुठोपुरो ! तिमी त्यसैलाई उग्राइरहन्छौ। भैंसीलाई देखेका छौ नि उग्राइरहेको ? घाँस खान्छ, फेरि त्यसैलाई निकालेर मुखमा उग्राउँछ र चपाउँछ। चित्त पनि उग्राइरहेको छ। तिमी जे जे लिन्छौ चित्तमा, फेरि चित्तले त्यसैलाई उग्राइरहन्छ। पढ एउटा पुस्तक, फेरि चित्तमा त्यही चलिरहन्छ। मेरा भनाइ सुनेर तिमी फर्कौला, फेरि चौबीसै घण्टा त्यही नै चित्तमा चलिरहला। एक चक्र शुरू भयो। चित्तले फेरि त्यसैलाई चपाउला, पचाउला, पुनरूक्त गर्ला। तर चित्तमा नयाँ कहिल्यै घटित हुँदैन। ओरिजनल, मौलिकपन चित्तमा कहिल्यै घटित हुँदैन। तर आत्मा मौलिक तत्व हो। परमात्मा परम् मौलिकता हुन्। उनी नवीन हुन्। उनीभन्दा बढी ताजा अरू कुनै वस्तु हुँदैन। चित्तबाट त्यो उपलब्ध हुँदैन त्यसैले चित्तको मन्त्रलाई नष्ट गर्नैपर्छ।

यो सूत्रलाई ठीकसँग बुझ: *'चित्त मन्त्र हो।'*

'प्रयत्न साधक हो'- दोस्रो सूत्र।

प्रयत्नको अर्थ हो: यो चित्तको चक्रबाट बाहिर निस्कने चेष्टा। जो बाहिरियो, ऊ सिद्ध हो; जो निस्कने चेष्टा गर्दैछ, ऊ साधक हो। यथेष्ट प्रयत्न गर्नुपर्छ, बल्ल तिमी निस्कन पाउँछौ। त्यत्ति नै प्रयत्न गर्नुपर्छ, जति चित्तलाई बाँध्नमा तिमीले गरेका छौ। तर ठूलो कठिनाइ के छ भने त्यही चित्तबाट तिमीले हेर्ने गर्छौ। यसैले तिमी जे देख्छौ, चित्तले त्यसलाई आफ्नै रङ्गमा रङ्गाइदिन्छ। यो ठूलै कठिनाइ हो। म तिमीहरूसँग बोलिरहेको छु, तिमी सुनिरहेका छौ; तर पनि तिमीले सुनिराखेका हुँदैनौ, तिम्रो चित्त बीचमा उभिएको छ। म जे भन्छु, चित्तले आफ्नो रङ्ग त्यसमा फ्याँक्छ र त्यसलाई आफू अनुकूल बदल्न थाल्छ; अनि त्यसको अर्थ बदलिन पुग्छ।

मुल्ला नसरूद्दीन मदिरा पिएर बसमा चढे । कपाल सेतै फुलेकी एउटी वृद्धालाई दया लाग्यो । मुल्ला त तन्नेरी थिए; मुखबाट मदिराको दुर्गन्ध आइरहेको थियो । वृद्धाले मुल्लालाई भनिन्, "छोरा ! तिमी होशमा छौ कि छैनौ ? तिमी सोझै नर्कको यात्रामा जाँदैछौ !" बृद्धको कुरा सुनेर मुल्ला झर्कंदै उठेर भने, "रोक भाइ ! म गलत बसमा चढ्न पुगेछु । मलाई नर्क जानु छैन ।"

चित्त मदिरामा डुबेको छ भने त्यसले हरेक प्रसङ्गलाई आफ्नै रङ्गमा रङ्गाउँछ । त्यसले सोच्यो, यो बस नर्कतिर गैरहेको छ । तिम्रो चित्त चौबीसै घण्टा यस्तै कार्य गर्दैछ । त्यसैले चित्तलाई अलगै राखेर सुन्ने चेष्टा गर्नु एकदम जटिल छ । उही उपदेश, उही सम्यक श्रवण- तिमी चित्तलाई हटाइदेऊ र सोझै सुन ।

'प्रयत्न साधक हो ।'

चेष्टा गर्नुपर्छ । विशाल चेष्टा गर्नुपर्छ । अल्छी मान्यौ भने तिमी बाहिरिन सक्दैनौ यो वर्तुलबाट । टाँसिई-टाँसिई वर्तुलभन्दा बाहिर को निस्कन सक्छ ? टाँसिई रहँदा त वर्तुल घुमिरहन्छ, चक्र घुमिरहन्छ, र खस्ने डरले तिमी त्यसलाई झन् बलियोसँग समात्नेछौ ।

तिमीले कहिल्यै जङ्गलमा व्याधालाई देखेका छौ सुगा समात्दै गरेको ? त्यसका लागि शिकारीले सामान्य तरिका अपनाउँछ । त्यही तरिका तिम्रो चित्तले तिमीमाथि अपनाउँदैछ । शिकारीले डोरी बाँधेर राख्छ । सुगा त्यसमा आएर बस्छ । भारको कारण उल्टिनपुग्छ, उल्टिएर झुन्डिनु पर्दा आत्तिन्छ, आत्तिएको बेला डोरीलाई च्याप्प पारेर समात्छ नखसियोस् भनेर ! अब ऊ मुश्किलमा पर्‍यो । डोरी छोडोस् भने कतै खसिने हो कि भन्ने डर छ । कुनै तरिकाले डोरी समात्नै पर्दैन तर ऊ स्वयम् आफैं समातिनेमा पुग्छ । व्याधा आएर चरालाई समातेर लैजान्छ । सुगाले आफूसँग उड्ने पखेटा भएको कुरा बिर्सन्छ, खस्ने त कुनै कारणै छैन, कुनै भय मान्नुपर्दैन । तर एकपटक डोरीमा उल्टो परेर झुण्डिएपछि चरालाई मात्र किन ? तिमीलाई पनि यही भय हुन्छ पाङ्ग्रोबाट यदि निस्कें भने के होला ? हराइ हाल्छु, बर्बाद भएर भड्किइहाल्छु ।

हेमिङ्गेको एक पात्रले उपन्यासमा भनेको छ- दुःख मलाई स्वीकार छ, खालीपनमा रहनुभन्दा । आई विल चुज सफरिङ देन नोथिङनेस । न केही म रोज्छु; योभन्दा दुःख रोज्नु नै भलो हो ।

खाली हुन तिमी मनपराउने छैनौ । नर्क बरू ठीक छ; कमसे कम छ भन्ने त छ । त्यो सुगा झुन्डिएको छ । डराइरहेको छ कि कतै खस्छु कि भनेर । आफू फँसिएको आशङ्का चरालाई पनि छ । फँस्नु पनि ठीकै हो, खस्नुभन्दा त । यस चक्रलाई तिमीले अँठ्याएका छौ । चक्रले तिमीलाई अँठ्याएको होइन । मनले तिमीलाई अँठ्याएको होइन । मनले तिमीलाई अँठ्याएको भए, फेरि बुद्ध र महावीर पैदा हुने सक्दैनथे; किनभने त्यसले उनीहरूलाई पनि अँठ्याउँन सक्थ्यो । उनीहरू भागेका भए के हुन्थ्यो ! मनले उनीहरूलाई अँठ्याइराख्थ्यो । मन उनीहरूको पछि-पछि लाग्थ्यो ।

मनले तिमीलाई अँठ्याएको छैन, मनको डरकै कारण तिमीले नै उसलाई अँठ्याएका हौ । तिमी आफैंले जोडले अँठ्याएका छौ तर फेरि पनि तिमी सन्त-साधुहरू कहाँ सोध्न जान्छौ मनबाट छुट्कारा कसरी हुन्छ भनेर । मनबाट छुट्कारा पाउँन कसैसँग सोध्नु जरूरत छैन । यति मात्रै बुझ्न जरूरी छ, तिमीलें नै मनलाई अँठ्याएका छौ । तिमी बाहेक तिम्रो जीवनका लागि अरू कोही जिम्मेबार छैन । अँठ्याउन अब सुविधापूर्ण भएको छ; किनभने तिमीले सधैं अँठ्याएकै छौ, त्यसको बानी परिसक्यो, त्यसमा कुनै श्रम लगाउनु पर्दैन । छोड्नुमा श्रम लाग्छ । तिमीले मुठी जन्मौं-जन्मदेखि बाँधिराखेका छौ भने खोल्न मुश्किल भइहाल्छ । जड बनेका छन् औंलाहरू; बाँधिएका छन् हात । बस कुरा यति मात्रै हो । थोरै प्रयत्न गर्न जरूरी छ, मांस-पेशीहरू फेरि सजग होऊन्; रगत फेरि हात-औंलाहरूमा दौडून् र तिमी खेल्न समर्थ बन । बाँधिएको वस्तु खुल्न सक्छ, यति त पक्का छ । अन्यथा बाँध्थ्यौ कसरी ? मुठी बाँधिन्छ, त्यो खुल्न सक्छ । कहिले खुला नै रह्यो होला, त्यसैले बाँधियो । फेरि कुनैबेला खुल्न सक्छ । तर धेरै दिनसम्म बाँधेर राखेमा खुल्न मुस्किल हुनजान्छ । बस् यत्ति नै बाधा हो । त्यसैले प्रयत्नको जरूतर पर्छ ।

प्रयत्नको अर्थ हो- चित्तलाई छोड्न श्रम गर्नुपर्छ । चित्तले बारम्बार तिमीलाई भन्छ- के गरिरहेका हौ ! के यस्तो पागलपन देखाउँदैछौ ! तिमीले छोड्यौ कि चित्त मऱ्यो ।

प्रयत्न साधक हो ।'

तिमी जबसम्म प्रयत्न गर्दैनौ साधक हुँदैनौ । प्रयत्न तिमी थेर-थोर गर्छौ पनि; तर आधा-आधा मात्रै । आधा मनले गरेको प्रयत्नको कुनै अर्थ हुँदैन । त्यो यस्तो हो, एक हातले चक्र समात्यो र दोस्रोले

छोडिदियो । फेरि यसले समात्यो र दोस्रोले छोड्यो । त्यसबाट कुनै हल निक्कँदैन । आधा-आधाको कुनै प्रयोजन छैन ।

एकजना व्यापारीले आफ्नी पत्नीलाई साँझखेर भन्यो- ठूलै ग्राहक आउँदैछन्, लाखौं रूपियाँको कारोबार गर्नु छ । त्यसैले म जान्छु; ताजमहलमा खानापिनको निम्ता दिएको छु । ऊ गयो । पिएर अधारातमा घर फर्कियो । पत्नीले सोधिन्- केही भयो? त्यसले भन्यो- फिप्टी-फिप्टी, आधा-आधा । पत्नीले भनिन्- भयो, केही त भयो ! फेरि पत्नीले सोचिन्, अर्थ के होला आधा-आधाको ? पति सुत्न जाँदै थियो उनले सोधिन्- फिप्टी-फिप्टीको मतलब ? त्यसले भन्यो- म त त्यहाँ पुगें तर ग्राहक आएन ।

तिमी जब आधा-आधा हुन्छौ, यस्तै हुन्छ । केही उपलब्धि हुँदैन; त्यो फिप्टी-फिप्टी नै होइन । र सबै ठाउँमा तिमी आधा-आधा छौ; पूरा तिमी कहीँ पनि छैनौ । जहाँ तिमी पूरा हुन्छौं, जीवनमा क्रान्ति घटित हुन्छ । तब तिमी उम्लिन पुग्छौ । तब तिमी सय डिग्रीमा बाफ हुनेछौ । तब पानी बाफ बन्छ । अनि तिमी तलतिर बग्दैनौ, जसरी पानी बग्छ; अनि तिमी बाफझैं माथिमाथि उठ्दैजान्छौ । अनि तिम्रो दिशा अधोगामी भइराख्दैन, ऊर्ध्वगामी भएर जान्छ ।

प्रयत्न साधक हो ।'

तिमीले अल्छीपन छोड्नु पर्‍यो । म कहाँ मानिसहरू आउँछन् । उनीहरू भन्छन्, बिहानको ध्यान अलि मुश्किल हुन्छ; छ बजे आइपुग्न कठिनाइ हुन्छ । तिमी के भनिरहेका छौ, तिमीलाई होशै छैन । तिमीलाई छ बजे उठ्न कठिनाइ भइरहेको छ भने तिमीलाई मन बाहिर जागा रहन भयङ्कर कष्टप्रद हुनेछ । छ बजे उठ्न तिमीलाई यति धेरै गाह्रो छ भने, जीवनको चक्रबाट बाहिर उफ्रन कसरी सकौला ? एउटा सानो बानी बसाल, तिमी छ बजे उठ, बस् ! दुइ-चार दिन आलस्यले सताउला । आलस्यलाई जित्न तिमीले मौका दिन्छौ र आलस्यको मूल्यमा ध्यानलाई नष्ट गर्न तिमी तयार छौ, ध्यानलाई तिम्रो मनले कुनै मूल्य दिएको हुँदैन । मूल्य दिएको भए यस्तो सवाल तिमीले उठाउँदैन थियौ ।

कोही आउँछ र भन्छ, चारवटा ध्यानमा त थकाइ लागिसक्छ; दुइटा छोडिदिऊँ कि ?

तिमी चारैवटालाई छोड्न सक्छौ । किनभने चारमा थकाई लाग्छ, दुईटामा आधा मात्र हुन्छ, तर हुन त केही हुन्छ । मैले

बुझेको छु, मैले तिम्रो मनलाई सुविधा दिएर दुईटालाई छोडिदेऊ भनें भने भोलि तिमी आउनेछौ एउटै मात्र गर्न । किनभने त्यो मन दुईमा पनि थाक्ने छ ।

तिमीले यो सुविधाको सूत्रलाई मानेर हिँड्छौ भने तिमी आज नभए भोलि आलस्यमा डुब्न रमाउनेछौ; किनभने केही गर्न श्रम चाहिन्छ । याद गर- जीवन श्रम हो, मृत्यु विश्राम हो । मर्नुछ भने केही गर्ने जरूरत छैन । बाँच्नुछ भने केही गर्नैपर्छ । र विराट् जीवन चाहने हो भने विराट् उद्यम गर्नैपर्छ । परमात्मालाई पाउनुछ भने यस्ता स-साना प्रयासले काम चल्दैन । तिम्रो पूरा जीवन प्रयास बनोस्, तिमी आफूलाई रत्ती-रत्तीमा दाउमा लगाइदेऊ; अलिकति पनि तिमीले बचायौ भने तिमी चुकिहाल्छौ । पूरै दाउमा लाग्यो भने मात्रै तिमी बच्न सक्छौ । यसैले यस्ता थोरै मात्र मान्छे उपलब्ध हुन सक्छन् । कठिनाइको कुनै कारण छैन, सिवाय आलस्य ।

तिमी ध्यान यसरी गर्छौ ताकि कहीँ गोडामा चोट नलागोस्, कहीँ कसैलाई धक्का नलागोस्; थकाइ पनि नलागोस् ।

तिमी किन ध्यान गरिरहेका छौ ? तिमीलाई कसले भन्यो ? तर तिमी सफा पनि छैनौ । तिमी यस्तो धुम्मिएको अवस्थामा बाँचेका छौ जहाँ अँध्यारै-अँध्यारो छ । तिमीलाई यो पनि पक्का छैन तिमी यहाँ आयौ कसरी ? कसरी आइपुग्यौ तिमी ? कोही आउँदै थियो, तिमी त्यसैसँग आयौ; सोच्यौ जाउँन हेरौं ! जाउँन हेरौं, अरू के गर्दैछन् !

तिमी ठक्कर खाइरहेका छौ । यो अनन्त जन्मदेखि चलिरहेको छ । यसरी कुनै गन्तव्यमा पुगिँदैन । गन्तव्य एक गन्तव्यपूर्ण यात्रा हो । गन्तव्य एकै दिशातर्फ सारा जीवनको धारालाई लिएर गरिने श्रम हो । गन्तव्य एक सङ्कल्प हो । सङ्कल्प गर्नासाथ तिम्रो मन एक धारामा प्रवाहित हुनपुग्छ; शक्ति एकत्र हुनपुग्छ ।

ऊर्जा तिमीमा अथाह छ । तिमी आफूसँग यति थोरै बल छ र यति चाँडै थाक्छु भनेर सोच्यौ भने तिमी गल्तीमा छौ । मनुष्यको शरीरमा शक्तिको ऊर्जाको तीन तह छ । पहिलो तह माथि छ, जुन दिनदिनको कामका लागि हो । जसरी तिमी जेबखर्चका लागि खल्तीमा अलिकति रूपियाँ राखिरहन्छौ । त्यो तिम्रो पूरै श्रीसम्पत्ति हैन; त्यो जेब-खर्चका लागि मात्र हो, बजारबाट सरसामान ल्याउनका लागि होइन ।

मुल्ला नसरूद्दीन एकपटक गाउँको बाटो भएर जाँदै थिए। अँध्यारो थियो। चारजनाले उनीमाथि हमला गरे। उनी यति डरलाग्दो ढङ्गबाट लडे कि चारैजनालाई पछारे। बडो मुश्किलले ती चारले उनलाई कब्जामा लिनसके, बडो मुश्किलसँग ! उनको खल्तीबमट केवल सात पैसा निस्कियो। तिनीहरूले भने- "हदै गऱ्यौ, नसरूद्दीन ! सात पैसाका लागि यात्रो युद्ध ?" नसरूद्दिनले भने- "मैले बुझिन, तिमीहरू सात पैसाकै लागि लडेका थियौ ? बायाँ गोडाको जुत्तामा पाँच सय रूपैयाँ लुकाएर राखेको छु।" यो सुनेर पनि तिनीहरूले उनको बायाँ जुत्ता खोल्ने हिम्मत गर्न सकेनन् किनभने जसले सात पैसाका लागि यत्रो भयानक श्रम गऱ्यो, पाँच रूपियाँ जोगाउन उसले केके पो गर्ला। उनीहरूले भने, नमस्कार ! अहिले हामी जान्छौ, फेरि कुनै बेला !

तिम्रो दिनदिनको ऊर्जा सात पैसाभन्दा बढीको हुँदैन। त्यो दैनिक कामका लागि हो- उठ्नु, बस्नु, भोजन गर्नु, पचाउनु, सुत्नु, काम-धाम; यो माथिको अङ्ग हो; खल्तीमा रहेको पैसा हो। जब तिमी ध्यान शुरू गर्छौ, त्यो चुकेर जान्छ। चाँडै चुकेर जान्छ; किनभने ध्यान मनले कहिल्यै गरेन। त्यो एक नयाँ क्रम शुरू भयो। तिमी त्यसैको कुरा मानेर रोकियौ भने तिमीले कहिल्यै ध्यान गर्न पाउने छैनौ। त्यसको कुरालाई तिमी ध्यान नदिनू, नसुन्नू। तिमीले गऱ्यौ भने छिटै नै तिमीले अर्को दोस्रो तहको ऊर्जा संलग्न भएको पाउँछौ।

कैयौंपटक तिमीलाई अनुभव पनि भइरहन्छ। तिमी बसिरहेका छौ राति, सुत्न गैरहेका थियौ, निद्राले आँखा खोल्नै कठिन भइरहेको छ, त्यसैबेला घरमा आगो लाग्यो। अब तिमी सुत्न सकौला ? फेरि तिमी भन्नसक्छौ, मलाई निद्रा लागिरहेको छ ? सक्दैनौ, निद्रा एकएक हराउँछ र तिमी बाहिर दोडेर जान्छौ। कहाँबाट यो ऊर्जा आयो ? अघिसम्म तिमी उँघिरहेका थियौ; तिमीलाई कसैले गीता पाठ गर भनेका भए तिमी भन्थ्यौ, भाइ, मुश्किल छ, भोलि गरौंला। तर अहिले घरमा आगो लागको छ ! घरमा आगो लाग्यो ! अब तिमी दौडिरहेका छौ, हतारिएर दौडिरहेका छौ, निभाइरहेका छौ। आगो त निभिहाल्ला, तर पनि रातभर तिमी सुत्न सक्ने छैनौ। अब तिमी जागा रहनेछौ; जति नै कोसिस गर सुत्नलाई, निद्रा आउने छैन। के भयो ? दोस्रो तह, जुन दैनिक शक्ति हैन-संरक्षित तह-नष्ट भएर

गयो । त्यो नष्ट हुनुको कारण तिमी यति धेरै ऊर्जाले भरियौ निद्रा हरायो ।

तिमीले ध्यानको प्रयोग जारी राख्यौ भने तिमी थाक्दैनौ, छिटै दोस्रो अर्को ऊर्जा तिमीमा आउनेछ । त्यो आउनासाथै तिमीलाई अनुभव हुनेछ, जतिसुकै ध्यान गर, थाक्ने छैनौ, केहि कतै भित्र खर्च हुँदैन । यो पनि दोस्रो तह हो । अर्को तेस्रो तह छ । यो दोस्रो तहको ऊर्जा तिम्रो खजाना हो, यो पनि चुक्ता हुन सक्छ; त्यति सजिलोसँग हैन, जति सजिलोसँग पहिलो तह चुक्ता भएको थियो । यो पनि एक दिन चुक्ता भएरै जान्छ । यथेष्ट उपाय तिमी गरिहन्छौ । तब तेस्रो तह नष्ट भएर जान्छ । त्यो तह तिम्रो हैन, त्यो परमात्माको हो; त्यो कहिल्यै पनि चुक्दैन । तिमीले अल्छी गर्‍यौं भने तिमी दोस्रो तहमा पनि पुग्दैनौ; तेस्रोमा पुग्ने त प्रश्नै रहँदैन ।

परमात्मा परम् ऊर्जा हो; तिमी भित्र नै लुकेको छ । पहिलो तह तिम्रो मनको, दोस्रो तह तिम्रो आत्माको, तेस्रो तह परमात्माको ऊर्जा हो । मनलाई चुकाउँछौ त आत्मालाई ऊर्जा उपलब्ध हुन्छ । आत्मालाई पनि चुकाईदिन्छौ त परमात्माकै ऊर्जा उपलब्ध हुन्छ- जुन शाश्वत छ; जसको फेरि चुकानुपर्ने कही बाँकी नै रहँदैन । फेरि तिमी विराट्सँग एकाकार हुन पुग्यौ ।

त्यसैले शिव भन्छन्: *'प्रयत्नः साधकः ।'*

प्रयत्नः अविच्छिन्न, सघन र सघन प्रयत्न- साधक हो । त्यस समयसम्म प्रयत्न गर्दै जानुछ, जबसम्म तेस्रो तह नष्ट हुँदैन, तिमी त्यस परम् ऊर्जामा उपलब्ध हुन पुग । फेरि त तिमी सिद्ध भयौ । फेरि विश्राम गर्न सकिन्छ । त्यसपूर्व विश्राम आत्मघात हो ।

तेस्रो सूत्र हो: *'गुरू उपाय हुन् ।'*

यो जीवनको खोज हो, तिमी एक्लैले गर्न सक्तैनौ; किनभने एक्लै त तिमी आफ्नै बर्तुलमा बन्द भइरहन्छौ । तिमी त्यस बाहिर देख्न पनि सक्दैनौ । त्यसबाहिर कुनै केही छन्, यसको खबरसम्म तिमीले पाएका हुन्नौ । तिमी जे हौ, आफ्नै खोलमा थुनिएको, तिमीले बुझेका छौ, त्यही जीवन हो । यो खबर तिमीलाई बाहिरबाट कसैले दिनुपर्छ, जसले योभन्दा विराट् जीवनलाई जानेको छ । तिमी आफ्नो घरमा कैद छौ । तिमीलाई थाहा पनि छैन, घरभन्दा बाहिर खुला आकाश छ, चन्द्रमा तारा छन् । यो कुरा त्यही मानिसले भन्न

सक्छ जसले चन्द्रमा र तारालाई आफैंले हेरेर आएको छ। ऊ तिम्रै घरमा पुगी भन्छ, बाहिर आऊ, कहिलेसम्म भित्रै बसिरहन्छौ ?

पहिले त तिमीले यही सोध्नेछौ, बाहिर भनिने कुनै चीज पनि छ ? यही त मान्छेहरू सोध्छन्, परमात्मा भनिने कुनै चीज पनि छ ? यही त मान्छेहरू सोध्छन्, परमात्मा भनिने कुनै चीज हुन्छ। आत्मा भनिने कुनै चीज हुन्छ ? तिमी चाहन्छौ सिद्ध गरिदेओस् कसैले घरभित्र बसेरै आकाश हुन्छ भनेर। भित्रै बसेर यो कसरी सिद्ध गर्न सकिएला ? तिमीले जानुपर्छ सँगैसँगै बाहिर हेर्न। उसले भनिरहेकोछ आकाश हुन्छ, त्यो हेर्न तिमीले उसको पछाडि तिमीले दुई-चार पाइला हिँड्नुपर्छ; आकाशलाई देखाउन सकिन्छ, सिद्ध गर्न सकिँदैन; सिद्ध गर्नका लागि कुनै उपाय छैन। कसैले घरभित्रै रहेर आकाशलाई सिद्ध गर्न खोज्छ भने तिमीले उसलाई तर्कमा हराउन सक्छौ। तिमी भन्नेछौ, कहाँको गफ गर्दैछौ ? छानो छ। यहाँ त केही पनि देखिएको छैन; भित्तो छ। के प्रमाण छ बाहिर केही छ भन्ने ? आकाश छ भने तिमी सानो भाग आकाश भित्र ल्याएर मलाई देखाऊ।

आकाश कुनै वस्तु होइन जसलाई भित्र ल्याउन सकियोस्; काटेर सानो टुक्रो भित्र ल्याउन सकियोस्; तिमीलाई देखाइदिऊँ नमुना ताकि तिमी बाहिर जान उत्साहित बन। परमात्माको कुनै खण्ड ल्याएर तिमीलाई देखाउन सकिँदैन। तिमी आफै जानु पर्छ त्यसलाई हेर्न।

यसैले गुरू उपाय हुन्। गुरूको यत्ति नै अर्थ हो कि जसलाई अनुभव भएको होस्, जसले जानेको होस्, जो कारागृहबाट छुटिसकेको होस्। उनैले तिमीलाई खबर दिनसक्छ- तिमी कारागृहमा छौ। उसैले तिमीलाई खबर दिनसक्छ- छुट्ने उपाय छ। उसैले तिमीलाई मार्ग बताउनसक्छ- आऊ मेरो पछि लाग, यस कारागृहमा पनि बाहिर निस्कने बाटो छ, बाहिर निस्कन सकिन्छ। यस कारागृहमा यस्तो द्वार पनि छ, जहाँका पहरेदार निदाएका छन्। यस कारागृहमा यस्तो पनि द्वार छ, जहाँका पहरेदार निरन्तर सजग छन्। तिमीले यहाँबाट निस्कने कोसिस गर्‍यौं भने तिमी अरू अप्ठेरोमा पर्न सक्छौ। अहिले कारागृहभित्र तिमी मुक्त छौ। तिमीले सजग पहरेदार रहेको मुख्यद्वारबाट निस्कने कोसिस गर्‍यौं भने तिमी अरू साँघुरो कालकोठरीमा थुनिने छौ।

ध्यान रहोस्, नकारबाट निस्कने कोसिसमा तिमी छौ भने तिमी सोझै कालकोठरीमा खस्न पुग्नेछौ । तिमी खराबीविरूद्ध लडभिड गर्न थाल्छौ भने तिमी झन् गहिरो खराबीमा फ्याँकिदिइने छौ । मुख्य द्वारबाट कोही पनि बाहिर निस्कन सक्दैन । कोही कहिल्यै निस्केन त्यो बाटोबाट । किनभने मुख्य द्वारमा कडा पहरा हुन्छ, मुख्य द्वारमा सबै किसिमका सुरक्षा राखिएका हुन्छन् । तर यो कारागृहमा यस्तो द्वार पनि छ जुन गोप्य छ । यस्तो द्वार पनि छ जहाँ कुनै किसिमको पहरा छैन । यसतर्फ कुनै कैदीले पनि ध्यान पुऱ्याएको छैन । कैदीले ध्यान दिन्छ मुख्य द्वारतिरै ।

मैले सुनेको छु, फ्रान्सको एक कारागृहमा यस्तो भयो– क्रान्तिका दिनहरूमा कारागृहका कैदीहरूले विद्रोह गरे । करीब दुई हजार कैदी थिए र करीब बीसजना पहरेदार थिए । कैदीहरू कुनै पनि बेला छुट्नसक्थे किनभने बीसजना पहरेदारको के तागत उनीहरूलाई रोक्न ! विद्रोह थिएन भने कैदीहरू कहिल्यै एकत्र हुँदैनथे । कैदीहरू एक-अर्काको शत्रु पनि भइराख्थे । सँगै बस्नका लागि यत्ति पनि सहजता हुन्न थियो । मित्रता बन्ने बनाउने उपाय नै हुन्न थियो; एक-अर्काका शत्रु हुन्थे । यसैले बीसजना पहरेदार पर्याप्त भएको थियो । विद्रोह भएकै कारणले कैदीहरू एकत्र वा एकजुट भए । उनीहरूको विद्रोहले प्रधान जेलरलाई हतास तुल्यायो । उसले भन्यो, के गर्ने ! उसले पहरेदारहरूसँग भन्यो, तिमीहरू मुख्य द्वारको चिन्ता छोड । तिमीहरू गएर साना द्वारमा पहरा देऊ । पहरेदारहरूले भने, यो निर्णय एकदमै गलत छ । त्यो जेलरले भन्यो, तिमीहरू चिन्ता नगर । मुख्य द्वारलाई बिल्कुलै वास्ता नगर ।

मुख्य द्वारलाई खाली नै छाडियो । त्यहाँ एकजना पनि पहरेदार थिएन । कुनै पनि कैदी भाग्न सकेनन्; किनभने साना द्वारहरूमा पहरा दिइएको थियो । ती ढोकाहरूमा कहिल्यै पहरा दिने गरिएको थिएन, अहिले ती ठाउँमा पहरा दिइयो । जहाँ सधैं पहरा दिइन्थ्यो, त्यहाँबाट पहरा दिने काम पूरै हटाइयो । चाहेका भए सबै कैदीहरू बाहिर निस्कन सक्थे, मूल ढोकाबाट ।

पछि त्यस जेलरसँग पहरेदारहरूले सोधे, हामीले तपाईंको कुरा बुझेनौं, तर त्यसले काम गऱ्यो, कसरी ? जलरले भन्यो– विद्रोहको अर्थ हो बाहिरको कुनै मान्छे भित्र पुग्यो । छुटेका कैदीहरूमध्ये कुनै कैदी बाहिरबाट भित्र पुग्यो, त्यस्तो कुनै मान्छे भित्रको भेद थाहा

पाएको मानिस भित्र पुग्यो । थाहा भएकै कुरा हो, उसले साना द्वारहरूबाट निस्कने वा निकाल्ने चेष्टामा गर्छ । जसलाई थाहा छैन, ऊ सधैंजसो मुख्य द्वारबाट निस्कने कोसिस गरिरहन्छ । हिजोसम्म हामीले मुख्य द्वारमा पहरा दिइरहेका थियौं; किनभने भित्र अज्ञानी कैदीहरू मात्र थिए । लाग्छ त्यहाँ कुनै गुरु पुग्यो ।

जीवनमा खराबीसँग लडेपछि निस्कने उपाए मुख्य द्वार हो भन्ने लाग्छ । तिम्रो मनले भन्छ– पहिले खराबीलाई निमिट्यान्न पार, त्यसपछि साधुपन उपलब्ध हुन्छ; पहिला गलतलाई छोड, त्यसपछि ठीक कुराका लागि मार्ग प्रशस्त हुन्छ; पहिला संसारलाई बाहिर निकाल; त्यसपछि परमात्माको सिंहासन खाली हुन्छ । यो मुख्य द्वार हो । गुरूले तिमीलाई मुख्य द्वारबाट निस्कन अह्राउँदैनन् । किनभने त्यसबाट कोही पनि कहिल्यै निस्कन सक्दैनन्; त्यहाँ पहरा कडा हुन्छ, जो मान्छे त्यहाँबाट निस्कने कोसिस गर्छ, उसलाई अरू साँघुरो कालकोठरीमा पुऱ्याइन्छ भन्ने कुरा थाहा छ ।

मलाई लाग्छ, तिम्रा साधु-सन्तहरू तिमीभन्दा पनि खराब कारागृहमा थुनिएका छन् । तिमीसँग सही आँखा छैनन्, त्यसैले तिमी देख्दैनौ । गृहस्थहरू चिन्तित छन् नै, तर तिम्रा साधुहरू तिमीभन्दा पनि बढी व्याकुल छन् । तिमीसँग धेरै नभए पनि सानो आँगन त छ, जसमा तिमीले थोरै भए पनि स्वतन्त्रता अनुभव गर्छौ; उनीहरूको आँगन खोसिएका छन् । उनीहरू जेलभित्र छन; जेलभित्र जुन साधारण स्वतन्त्रता कैदीले पाएका हुन्छन्, त्यत्ति पनि यिनीहरूलाई छैन । उनीहरू चौबीसै घण्टा कालकोठरीमा थुनिएका छन् ।

म कहाँ साधु-संन्यासीहरू आउँछन्; तिनीहरूको मन बिल्कुलै रूग्ण र विक्षिप्त भएको पाउँछु ।

एकजना जैन मुनिले मसँग भने, साठी वर्षको भएँ, चालीस वर्षदेखि मुनि छु, तर निरन्तर मनमा यो शङ्का रहिरहेको छ मैले कहीं भुल त गरिन ! कहीं यस्तो त होइन कि साधारणहरूले सांसारिक आनन्द भोगिरहेका छन् र मचाहिं अनाहकमा कष्ट झेलिरहेको छु ।

यो शङ्का उठ्नु बुद्धिमान् मान्छेका लागि स्वाभाविकै हो । यी मान्छे मूर्ख हैनन् । यस्तो शङ्का उठ्नु स्वाभाविक थियो । किनभने यिनीहरूले देखिरहेकै छन्, यिनले पाएका त केही पनि छैन; चालीस वर्ष क्रोध, काम, लोभसँग लडभिड गर्नमै बित्यो, पाएको त केही पनि

छैन। क्रोध हट्यो ? त्यस्तो पनि होइन; केवल छोपिएको छ। अरूको आँखाबाट छोपिएला, आफैंबाट कसरी छोप्न सकौला ? आफैंमा दबाएर बसेका छौ, सज्जनजस्तो देखिन्छौ, अपराध गर्दैनौ; तर अपराधी चाहिं भित्रै बसेको छ, र कुनै पनि बेला रिस बाहिर आउन सक्छ; र कुनै पनि क्षण मौका मिलोस् त हाल्छ। एउटा कारागृह थियो त्यो पनि सांघुरिएर गयो। अलिकति बाहिर स्वतन्त्रता थियो घुम्नलाई, त्यो पनि खोसियो; कालकोठरी मात्र बाँकी छ।

प्रमुख द्वारबाट जसले निस्कने कोसिस गर्छ, ऊ अरू बढी बाँधिनेछ। गुप्त द्वार पनि छ। त्यो गुप्त द्वारबारे त गुरूले मात्र बताउन सक्छन्। गुरूसँग साँचो छ, गुप्त द्वार खोल्न सकिन्छ। जो बाहिर गइसकेको छ, उसैले मात्र तिमीलाई बाहिर लैजान सक्छ।

शास्त्रले तिमीलाई साथ दिन सक्छ, त्यसलाई तिमी कारागृहमा बसेर पढिराख; तर त्यसले तिमीलाई बाहिर निकाल्न सक्दैन। किनभने शास्त्रहरूको अर्थ कसले लागाउँने ? तिमीले नै लागाउँपर्छ। शास्त्रहरूलाई बुझ्छ कसले ? तिमीले नै बुझ्छौं। तिमी आफ्नै हिसाबले बुझ्छौ। तिमी आफू समझदार हुन्थ्यौ त शास्त्रहरूको कुनै जरूरत पर्ने थिएन। तिमी समझदार छैनौ, यो पक्का हो! शास्त्रहरूबाट जब बेतुकका अर्थ निकाल्छौ तिमी झन् झन्झटहरूमा पर्छौ।

यसको सट्टा तिमीलाई जीवित शास्त्र चाहिन्छ। गुरू भन्नु नै जीवित शास्त्र हो। जीवित वा जिउँदो व्यक्तिलाई खोज, जसले तिमीलाई मार्ग देखाउँन सकोस्।

शिव भन्छन्: *'गुरू उपाय हुन्।'*

यस अतिरिक्त अरू कुनै उपाय छैन। तिमीले आफ्नै हातबाट सुल्झाउन चेष्टा गर्‍यौ भने उल्झिन जाने बढी डर भइरहन्छ। किनभने मन बडो सूक्ष्म यन्त्र हो। प्रायः हामी आफैं सुल्झाउँछौ। प्रायः यस्तो हुन्छ, तिम्रो घडी बन्द भएको होस्, मनमा आउँछ, खोलेर ठीक पारूँ , सबैको मनमा यस्तो हुन्छ। मान्छे जति बुद्धिहीन छ, त्यत्ति नै चाँडो यस्तो झोक मनमा आउँछ। सानो बच्चोले त बिल्कुलै खोलेर हेरिहाल्छ; किनभने उसलाई यो असामान्य लाग्दैन। मनले भन्छ, चलिराखेको थियो; भर्खर मात्रै चलेन; खोलेर हेरिहालौं न के भएछ।

घडी कुनै त्यस्तो जटिल यन्त्र पनि त होइन नि । तिमीले सुधार गर्ने कोसिस गर्‍यौ भने तिम्रो हालत त्यस्तै हुन जान्छ, जस्तो नसरूद्दीनको भएको थियो । एकदिन मुल्ला नसरूद्दीन घडी मर्मत पसलमा पुगे । उनले आफ्नो खण्ड-खण्ड भएर फुटेको घडी टेबुलमा राखिदिए । पसलेले चकित हुँदै पहिले त घडी हेर्‍यो, त्यसपछि नसरूद्दीनलाई हेर्‍यो । नसरूद्दीनले भने, म बडो दिक्क छु यो मेरो हातबाट अकस्मात खस्यो । घडी मर्मगर्नेले भन्यो, दिक्क भएका छौ भने तिमीले यसलाई टिप्यौ नै किन ? अब यसमा केही गर्न सकिन्न । यो खसेर बिग्रेको होइन । नसरूद्दीनले भने, अलिकति मैले आफैले सुधार गर्ने कोसिस जरूर गरें । उसले भन्यो, यसलाई लैजाऊ, आफैसँग राख । अब यसको मर्मत हुन सक्दैन ।

घडी बिल्कुलै साधारण वस्तु हो, कुनै त्यस्तो जटिल यन्त्र होइन । मन भने असाध्यै जटिल यन्त्र हो । तिमीलाई मनको जटिलताको अनुमानै छैन । मनभन्दा जटिल यस जगत्‌मा अरू केही पनि छैन ।

तिम्रो मस्तिष्कमा लगभग सात करोड कोष्ठहरू छन् । प्रत्येक कोष्ठमा एक-एक करोड सूचनाहरू संग्रह गर्न सकिन्छ । मनौवैज्ञानिकहरू भन्छन्, यस जगत्‌मा जति पुस्तकालयहरू छन्, एकजना मान्छेको मस्तिष्कमा त्यो सबै अटाउन सकिन्छ । एक-एक सेलले एक-एक करोड सूचनालाई संग्रह गर्न सक्छ । सात करोड सेलहरू छन् । तिम्रो त्यो सानो खोपडीमा, यो पृथ्वीमा जे जति ज्ञान छ, सबै संग्रह गर्न सकिन्छ । यति सानो खोपडी छ, यसको मुश्किलले अन्दाजी डेढ किलो तौल होला र यसमा सात करोड तन्तुहरू छन्, जसलाई आँखाले देख्न पनि सकिन्न । तन्तुहरू अतिनै सूक्ष्म र जटिल हुन्छन् ।

यसैले मस्तिष्कको अपरेसन अहिलेसम्म रोकिएको थियो । तर अचेल मस्तिष्कको अपरेसन शुरू भएको छ । तर यसमा जहिले पनि खतरा छ; किनभने चिरफार गर्न तिमी कुनै कोष्ठमा जान्छौ, त्यहाँका हजारौं अरू तन्तुहरू काटिन पुग्छन् । सबै अति नै सूक्ष्म छन् । यन्त्र हालौला, औजार भित्र पनि लगौला, तिनलाई भित्र-बाहिर हाल्दा र झिक्दा नै औजारले हजारौं लाखौं तन्तु काटिदिन सक्छ । औजार त्यहाँ लैजाने जरूरत छैन, तिमीले शीर्षासन आधा घण्टा दैनिक गर्‍यौ भने पनि तिम्रो दिमाग खराब हुनपुग्छ । शीर्षासन गर्ने बानी

परेका मान्छेहरू बडो बुद्धिमान् भएको तिमीले कहिल्यै पाउने छैनौ; किनभने अत्यधिक रक्त प्रवाहले गर्दा साना तन्तुहरूलाई नष्ट गरिदिन्छ, नदीमा बाढी आएको जस्तो ।

मनुष्यको मस्तिष्क विकसित हुनुको कारण के हो भने ऊ उभिन सक्छ र टाउकोतिर रक्तधाराको प्रवाह कम हुन्छ । जनावरहरूको मस्तिष्क विकसित छैन; किनभने उनीहरूको टाउको र शरीर एकै तहमा छ । त्यसैले उनीहरूसँग मोटा स्नायुहरू हुन्छन्; मसिना स्नायु हुँदैनन् । मनुष्यको सारा प्रतिष्ठा र खुबी केमा छ भने ऊ उभिन सक्छ । उभिनाले गुरूत्वाकर्षणको धाराले रगतलाई तलपट्टि तानिरहन्छ र फोक्सोले पम्प गरिराख्छ, तब रगत टाउकोमा पुग्छ । यसले गर्दा निकै कम रगत टाउकोमा पुग्छ । रगतको बहाव थोरे भएकोले मानिसका सूक्ष्म तन्तुहरू विकसित हुनपुगे । बाढीमा ठूला-ठूला रूखहरू बगेर जान्छन्, साना बोटबिरूवाका के कुरा ! यति सूक्ष्म तन्तुहरू छन् थोरै मात्रै रगतको गति बढ्यो भने पनि ती नष्ट नै हुन पुग्छन् ।

यो सात करोडको सूक्ष्म जालोमा तिमी आफैं बस्यौ भने पनि तिमीले केही पनि गर्न सक्दैनौ बरू हानि भने निश्चित छ ! अधिकांश मान्छे आफ्नो मस्तिष्कलाई खोलेर बस्छन्- आफ्नै मनदेखि ध्यान गर्न थाल्छन्, आसन जमाउँछन्, केही पुस्तकबाट बटुल्छन्, केही सुनेर बटुल्छन्, हावाबाट कुराहरू तान्छन्, केही गर्न थाल्छन् । त्यसबाट नोक्सान मात्रै हुन्छ, कहिल्यै कुनै लाभ हुँदैन ।

एकजना बौद्धभिक्षुलाई मकहाँ ल्याइयो । उनी तीन वर्षदेखि निदाउन सकेका थिएनन् । सबै किसिमका उपचार गरियो, तर निद्रा आउँदैन्थ्यो । उनले सबै प्रकारका ट्र्याङ्कुलाइजरलाई हराइदिए । निद्रा आउँदैनथ्यो, कुनै पनि उपायले काम गरिरहेको थिएन । जो तीन वर्षसम्म सुतेका थिएनन्, उनको हालत कस्तो होला । उनी बिल्कुलै विक्षिप्त अवस्थामा थिए । मैले उनीसँग सोधें किनभने त्यो कुरा कुनै डाक्टरले उनलाई सोधेकै थिएनन् । डाक्टरहरूले उनको उपचार शुरू गरिदिए; जाँचे परीक्षण गरे शरीरको, रगतको दबाब, मुटुको स्थिति सबै जाँच-परीक्षण गरेर उपचार शुरू गरे । त्यो रोग थिएन । ती सज्जन एकप्रकारको ध्यान गर्दै थिए । प्राचीन परम्परा छ बौद्धहरूको, त्यो हो विपश्यना, उनी विपश्यना ध्यान गरिरहेका छन् । त्यो ध्यान उनले शास्त्रबाट सीधै लिएका थिए । गुरूले एक-

एक शिष्यलाई ध्यान दिन्छन् । उनीहरू कुनै सामाजिक पद्धति विकसित गर्छन्, उनीहरू समूहलाई नै ध्यानमा राख्छन् । तर शास्त्रले तिमीहरूको ध्यान राख्न सक्दैन । यी कुरा जो कसैले पनि पढ्छ र शास्त्र हजारौं वर्षसम्म जीवित रहन्छन् ।

ज्यादै पुरानो छ विपश्यना पद्धति, त्यसलाई उनले पढे र यसको प्रयोग शुरू गरे । फेरि यसमा उनले रस पाउन थाले; किनभने पद्धति आफैंमा मूल्यावान् छ, बुद्ध आफैंले यसको उपयोग गरेका थिए । तिमीलाई थाहा होला, जब रस आउँन थाल्छ त्यो रोकिन्न; रस पनि बढी हुन्छ भने त्यो विष नै बन्छ । रस उनमा यति बस्यो, त्यसलाई उनी चौबीसै घण्टा भित्रभित्रै साध्न थाले । जब तिमी कुनै चीजलाई भित्रभित्रै चौबीसै घण्टा साध्छौ, निद्रा त हराउने नै भयो । किनभने भित्र प्रयत्न गरिरहँदा निद्रा हराएरै जान्छ । यस्तो अवस्थामा निद्रा आउने सम्भावना रहँदैन । वर्षौंको प्रयोगबाट उनका निद्रा ल्याउने तन्तु नष्ट भए । अब निद्राको कुनै उपाय रहेन । डाक्टरले सहयोग पुर्‍याउन सक्छन्, तन्तुहरू ठीक छन् भने । ट्र्याङ्कुलाइजरहरूले त्यहाँसम्म पुगेर ती तन्तुहरूलाई शिथिल गरिदिन्छन् र तिमी निदाउँछौ । तन्तुहरू नष्ट छन् भने डाक्टरले पो के गरून् ।

मैले उनलाई भनें, तिमी एक वर्षका लागि सबै प्रकारका ध्यानहरूलाई छोड । तिमी जति अल्छी गर्न सक्छौ, अल्छी गर । ध्यानलाई सम्झनै छोड । शास्त्रहरू पढ्न छोड । सुत्ने गर, जति सक्छौ । पल्टिएर सुत, विश्राम गर; खुब खाऊ, खुब पिऊ । एक वर्षका लागि परम् सांसारी बन ।

उनले भने, तपाईंबाट मैले यस्तो सल्लाहको आशा गरेको थिइन । तपाईं मलाई भ्रष्ट गर्दै हुनुहुन्छ ? मैले भनें, मैले तिमीलाई भ्रष्ट बनाउँदै छु भनेर सोच्छौ भने तिमी यही सम्झ । वर्षभरि मैले भनेको जस्तो गरेर, फेरि मकहाँ आउनू ।

यसको ठीक तीन महिनापछि उनी ठीक भए । अब उनलाई नयाँ पद्धति दिनुपर्‍यो । पद्धति पनि सोचेर दिनु जरूरी छ तिमी अपनाउँन सक्छौ कि सक्दैनौ । फेरि त्यसको गति क्रमशः बढाउँनुपर्छ । पूरै चित्त व्यवस्थालाई ध्यानमा राख्न जरूरी हुन्छ ।

त्यसैले शिव भन्छन्: *"गुरू उपाय हुन् ।"*

तिमी आफू आफ्नै उपाय नबन; अन्यथा तिमीले आफूलाई बिगार्छौ। पहिले जीवित पुरूषको खोजी गर। कठिनाइ हुन्छः किनभने कुनै जीवित पुरूषलाई गुरू मान्नमा बढी नै असजिलो व्याकुलता हुन्छ; अहंकारमा चोट पुग्छ। त्यसैले शास्त्रमा मान्छेहरू बढी रस लिन्छन्; किनभने शास्त्रबाट उनीहरूको अहंकारमा चोट पुग्दैन। शास्त्रलाई फ्याँक्यौ भने पनि शास्त्रहरूले तिमीलाई केही गर्न सक्दैनन्। जता राख त्यहीँ रहिरहन्छ, कहीँ कतै गर्न सक्दैन।

तिमी गुरूसँग यस्तो व्यवहार गर्न सक्दैनौ; तिमीले त्यहाँ अहंकारलाई छोड्नुपर्छ। त्यहाँ तिमीले गुरूसामू झुक्नुपर्छ। हुन त शास्त्रको आगाडि पनि तिमी झुक्छौ, त्यो तिम्रो खुशी हो; मालिक तिमी नै हौ। मनमा आयो, बदलिदेऊ; शास्त्रसँग भनिदेऊ- जाउ, पर। शास्त्रले तिमी विरूद्ध केही गर्न सक्दैन। तर गुरू त जीवित छन्, उनी रिसाउन सक्छन्। यहाँ तिमीले अवश्य झुक्नुपर्छ। जीवित व्यक्तिलाई ठूलो चोट पुग्न जान्छ।

त्यसैले मान्छेहरू पहिले किताब पल्टाउँछन्; जब थाक्छन् बल्ल गुरू खोज्छन्। प्रायः यस्तो हुन जान्छ किताबले उनीहरूलाई यति बिगारिदिन्छ, शब्दबाट उनीहरूका आँखा यस्तो किसिमले विकृत भइदिन्छ फेरि उनीहरूले गुरूलाई चिन्नै सक्दैनन्। तिमी गुरूकहाँ गयौ भने पनि तिमी किताबको जानकारी बोकेरै जान्छौ। तिमीले किताबमा गुरू कस्तो हुनुपर्छ भनेर पढेका हुन्छौ।

गुरू कस्तो हुनुपर्छ भन्ने कुरा कुनै किताबले बताउन सक्दैनन्। कुनै पनि किताबले कुनै गुरूका सम्बन्धमा बताउन सक्छन्। कबीरका सम्बन्धमा कसैले किताब लेखेको छ भने त्यसले कबीर यस्ता गुरू थिए भन्छ। दोस्रो पटक कबीर नै हुन्छन् भन्ने छैन। कबीरको जुन लक्षण छ त्यो गुरूको होइन। तिमी कबीरपन्थी हौ र कबीरका किताबको प्रभावले ओतप्रोत छौ भने तिमी उनै कबीरका गुणहरू कुनै अन्य गुरूमा पनि खोजौला। त्यो गुरू तिमीलाई अब कहिल्यै मिल्नेवाला छैन किनभने कबीर फेरि पैदा हुँदैनन्।

दिगम्बर जैनले जबसम्म ऊ नग्न बनेर उभिँदैन उसलाई गुरू मान्दैन। त्यो महावीरको आफ्नो खुसी थियो नग्न बनेर उभिने। त्यही नै मेरो खुसी हुन सक्दैन। अब उनी महावीरलाई खोज्दैछन्, उनी अब छैनन्। बडो मजाको कुरा के छ भने- जब महावीर थिए, त्यतिबेला हुन सक्छ महावीरलाई नाङ्गै उभिएको देखेर उनीहरू

दिक्क थिए । त्यो समयमा जुन किताब प्रचलित थियो, तिनमा यी लक्षणहरू थिएनन् । स्वयम् महावीर भन्दा पहिलेका तीर्थङ्कर वस्त्रधारी थिए । जैन तीर्थङ्कर पनि बस्त्रधारी थिए । स्वयम् जैन पनि त्यतिबेला महावीरलाई स्वीकार्न राजी थिएनन्; किनभने नाङ्गो उभिनु राम्रो मानिदैन थियो । यस समयका शास्त्रहरूले गुरू नग्न हुन्छन् भनेको पनि थिएन, यसो गर्नु त अशोभनीय हुन्छ । अतः निर्वस्त्र रहने महावीरलाई अस्वीकार गरियो । जब महावीर बितेर गए र शास्त्रहरू बने, त्यसपछि यसले महावीरलाई बोकिरहेकै छ । अब पार्श्वनाथलाई लुगा लगाएको अवस्थामा भेटियो भने यही मानिसहरूले भन्नेछन्, यो मान्छेले कसरी हिँड्न सकेको गुरूकै ढाँचामा !

ध्यान रहोस्, कुनै पनि शास्त्रले कुनै एक गुरूका सम्बन्धमा बताएका हुन्छन् तर ती गुरू फेरि आउँदैनन् । गुरू अद्वितीय हुन्छन्, बेजोड हुन्छन् । त्यसैले तिम्रा आँखा शास्त्रले टम्म भरिएका छन् भने तिमीले जीवित गुरूलाई कहिल्यै चिन्न सक्दैनौ; किनभने शास्त्रले ती गुरूको खबर दिइरहन्छन् जो वितिसके, अब कहिल्यै आउँदैनन् । जसले महावीरलाई मान्छ ऊ बुद्धकहाँ पुग्छ, बुद्धलाई अस्वीकार गर्लान् । उनीहरू भन्लान्, उनी होलान् महात्मा; तर भगवान् हैनन्, किनभने लुगा लगाइराखेका छन् । महावीरजस्तै निर्वस्त्र छैनन् ।

एउटा सज्जन छन् । उनले पुस्तक लेखेका छन् । उनी भलो मान्छे हुन्; तर भलो हुँदैमा केही बुझेकै हुनुपर्छ भन्ने पनि त छैन । खराब मानिस बुद्धिहीन हुन्छ नै; तर भलो मासिन पनि बद्धिहीन हुन सक्छ । यहाँ बुद्धिहीनता यति गहिरो छ भलोपनले खासै फरक पार्दैन । उनी भलो मान्छे हुन् त्यसैले उनले एक किसिमको सद्भाव राख्छन् सबै धर्मप्रति । उनले किताब लेखेका छन्- "भगवान् महावीर र महात्मा बुद्ध ।" लेखक न ठहरिए । पुनामा सामान्यजनले पनि उनलाई चिन्छन् । उनैले मलाई पहिलोपटक पुना ल्याएका थिए । उनी गान्धीका पुराना भक्त हुन् । गान्धीले उनको मनमा सबै समान छन् भन्ने भावना राखिदिएका थिए । किताब त लेखे तर उनी भित्र जैन बुद्धि रहेछ । म उनको घरमा पाहुँना थिएँ । मेरो प्रश्न थियो- यत्रो फरक किन राखियो भगवान् महावीर र महात्मा बुद्धबीच ? उनले भने, भगवान् त महावीर मात्र हुन् । बढीभन्दा बढी हामी बुद्धलाई महात्मा स्वीकार गर्न सक्छौ । तर उनी भगवान् हैनन् । मैले सोधेँ- किन ? उत्तर थियो- भगवान् त निर्वस्त्र हुन्छन् ।

बस् मुस्किल देखापरिहाल्यो । यो जैनका लागि मात्र मुश्किल होइन, सबैका लागि त्यही मुस्किल भइदिन्छ । त्यसैले जैनले कहिल्यै रामलाई भगवान् मान्न सक्दैन; राम सीतासँगै बस्छन्, यही अड्चन हो; जैनहरू भगवान् भइकन पनि भैरवीसँगै किन ? भगवान्ले त सबै छोडेका हुन्छन् । जो मुक्त भइसक्यो, उसँग यी स्त्री किन सँगै छन् ? यसैले सीताजस्ती महान् स्त्री पनि जैनलाई अन्यथा लाग्छ, उनीहरूका बुद्धिले मतलब ठम्याउन सक्दैन ।

कृष्णलाई जैनहरूले नर्कमै हालिदिन्छन्; किनभने एउटी हैन, सोह्र हजार स्त्रीहरू ! यिनी भन्दा योग्यतम् अरू कोही हुनै सक्दैन नर्कका लागि । जैनहरूले कृष्णलाई नर्कमा हालिदिएका छन् । डरकै कारणले पनि यसो गर्नुपर्छ किनभने यो जातिका सबै व्यापारी छन्, त्यसैले भयभीत पनि छन् । हिन्दुहरूबाट भय छ, कुनै झैझगडा नहोस् । शायद यसैले अहिंसा मानेका हुन् ।

प्रायः डरछेरूवा मान्छे अहिंसामा लाग्छ; किनभने हिंसामा विश्वास गर्नेले त धेरथोर लडाईं-झगडाको हिम्मत गर्नुपर्छ । न कसैलाई पिटपाट गर, न कसैबाट पिटाइ खाऊ । त्यसैले सिद्धान्त ठीक छ- कसैलाई पिटपाट नगर, बाँच्न देऊ र बाँच ।

डरले गर्दा अर्को तरिका पनि उपयोगमा ल्याइन्छ । त्यो के हो भने जैनले कृष्णलाई त नर्कमा पठाए र फेरि भय पनि छ यस्तो कुरा सिद्धान्तमा त कहीं पनि छैन-हिन्दूहरूका बीच बाँच्नु पनि छ ती जैनहरूलाई, त उनीहरूले विगतका कल्पमा उनी पहिलो तीर्थङ्कर थिए भनेर पनि स्वीकार गर्नुपर्छ । यसमा सम्झौता भयो । यो त बनियाको स्वभाव भयो अथवा गणित । अब यसो गर्दा हिन्दु नरिसाउने भए । आफ्नो सिद्धान्त पनि बच्यो, झैझगडाबाट पनि बचियो ।

गुरूलाई तिमीले शास्त्रका माध्यमबाट खोज्यौ भने तिमीले कहिल्यै भट्टाउन सक्ने छैनौ; किनभने शास्त्र लेखेर सकियुन्जेल जसका बारेमा लेखिएको हो, उनी बाँचेका हुँदैनन् । प्रत्येक गुरू पृथक, भिन्न वा आफ्नै ढङ्गका हुन्छन् । ऊजस्ते तिमी अर्को खोज्नै सक्तैनौ । दोस्रो पटक महावीर खोज्न सकिंदैन, न कृष्ण खोज्न सकिन्छ, न बुद्ध खोज्न सकिन्छ । अहिले तिमीहरू महावीर, कृष्ण, बुद्ध आदिलाई नै खोजिरहेका छौ, त्यसैले बाटो बिराएका छौं । जब उनीहरू जीवित थिए, त्योबखत तिमीहरू कुनै अरूलाई नै

खोजिरहेका थियौ । तिमीहरू चुक्दै बिराउँदै यहाँसम्म आइपुगेका छौ ।

गुरूलाई खोज्नुछ भने शास्त्रलाई एकातिर थन्क्याऊ । गुरूलाई खोज्नुछ भने कुनै व्यक्तिको सान्निध्य पाउने कोसिस गर; उनको सत्सङ्गमा बस । आफ्नो सिद्धान्त बोकेर उनीकहाँ नजाऊ; आफ्नो नाप्ने-जोख्ने चाँजोपाँजो मिलाएर नजाऊ । सरल हृदयलाई हृदयसँग मिल्न देऊ, बुद्धिलाई बीचमा आउन नदेऊ । तिमीले बुद्धिलाई बीचमा आउँन दियौ भने हृदयको मिलन सम्भव छैन र तिमीले गुरूलाई चिन्न सक्दैनौ । गुरूलाई चिन्न सकिन्छ हृदयबाट, बुद्धिबाट होइन । जब तिमीले बुद्धिलाई अलग्याएर हृदयबाट हेर्छौ, त्यसैक्षण कुनै चीज घटित हुन सक्छ । तिम्रो मेल हुन सक्ने सम्भावना छ यी गुरूसँग भने, तत्क्षण मेल हुन सक्छ । क्षणभर पनि बिलम्ब हुँदैन । तिमीले आफू त्यसैमा पग्लिएको पाउँने छौ, उनी तिमीमा पग्लिन्छन् । त्यस दिनदेखि तिमी उनका अभिन्न अङ्ग बन्यौ । त्यस दिनदेखि तिमी उनको छायाँ भयौ; उनकै पछिपछि हिँड्न थाल्छौ । हृदयबाट खोजिन्छ गुरू । गुरूविना कुनै उपाय पनि त छैन नि ।

'शरीर हवि हो ।'

ध्यानमा राख, जसलाई तिमी शरीर भन्छौ, जसलाई तिमीले म जे छु सबथोक छु यसै शरीरमा छु भनेर सम्झेका छौ, यो शरीर हविभन्दा अरू केही होइन । जसरी यज्ञमा आहूति हाल्नुपर्छ, यस्तरी नै ध्यानमा तिमीले बिस्तारै-बिस्तारै यस शरीरलाई समाप्त बनाउँदै जानुपर्छ । अन्य आहूति व्यर्थ छन् । घिउ हाल्नु, गहुँ हाल्नु हवि होइन् । आफैंलाई आहूतिको रूपमा हालिदिनुपर्छ, तब त तिम्रो जीवन अग्नि बल्छ । यो पूरा शरीरलाई दाउमा राख्नू । यसलाई जोगाउने कोसिस गर्‍यौं भने यज्ञ सल्किँदैन, अग्नि पैदा नै हुँदैन । तिमी आफ्नो पूरा शरीरलाई दाउमा राखिदेऊ ।

'शरीर हवि हो । ज्ञान नै अन्न हो ।'

तिमी अहिले अन्नले बाच्छौ । भोजन शरीरमा जान्छ; यो शरीरका लागि अत्यावश्यक छ । बोध, ज्ञान, ध्यान, अवेरनेस आत्माको भोजन हो । अहिलेसम्म तिमीले शरीरलाई मात्रै खुवायौ-पियायौं; आत्मा तिम्रो भोकभोकै छटपटिरहेको छ । आत्मा तिम्रो कारणले अनशनमा परेको छ जन्मौदेखि; शरीर हृष्टपुष्ट छ तर आत्मा भोकभोकै छटपटिरहेको छ ।

ज्ञान अन्न हो आत्माको। तिमी जति जाग्रत हुन सक्यौ, ज्ञानपूर्ण हुन सक्यौ- ज्ञानको अर्थ पाण्डित्य हैन, ज्ञानको अर्थ हो होश- जति तिमी जाग्रत हुन सक्यौ, तुरीय अवस्था, तुरीय चौथो अवस्थामा जति तिमीमा सघनता आउँछ, तिमी जति होशपूर्ण हुनसक्यौ, उति नै तिम्रो आत्मामा जीवनधारा बहन्छ।

तिम्रो आत्मा करीब-करीब सुकिसकेको छ। त्यसलाई तिमीले भोजनै दिएनौ। तिमीले बिर्सिसक्यौ त्यसलाई पनि भोजनको आवश्यकता पर्छ भन्ने कुरा। शरीरले भोजन पाएको छ, आत्माचाहिँ उपवासमा छ। त्यसैले अनेकौं धर्महरूले उपवासको उपयोग गर्छन्। तिमीले विपरीत प्रक्रियालाई अपनाऊ, शरीरलाई उपवास गराऊ थोरै दिन र आत्मालाई भोजन देऊ।

शरीरलाई भोकै राख्न जरूरी छैन। शरीरलाई त्यसको आवश्यकता पुऱ्याऊ। तिम्रो जीवनको सम्पूर्ण चेष्टा शरीरलाई पोस्नु नहोस्। तिम्रो जीवनको चेष्टाको ठूलो अंश ज्ञान जन्माउनमा लागोस्; किनभने त्यही तिम्रो आत्माको भोजन हो।

'ज्ञान नै अन्न हो। विद्याको संहारबाट स्वप्न पैदा हुन्छ।'

यो ज्ञान तिमीभित्र गएन र तिम्रो भित्रको ज्योतिलाई इन्धन प्राप्त भएन भने तिम्रो जीवनमा सपनाहरू पैदा भइरहन्छन्। तब तिम्रो जीवनमा वासनाहरू पैदा भइरहन्छन्। तब तिम्रो जीवन अँध्यारोमा भौंतारिइरहन्छ। तब तिमी कल्पनामा बाँच्छौ। तब तिमी तृष्णामा नै जीउँछौ। तब बस्, तिमी सोचेको सोच्यै त्यहीँ रहन्छौ, अगाडि बढ्न सक्दैनौ।

मैले मुल्ला नसरूद्दीनसँग सोधेँ- यो वर्ष कहाँ जाने सोच छ? किनभने प्रायजसो उनी यात्रामा जाने गर्छन्। उनले भने, म तीन वर्षमा एकपटक मात्रै यात्रामा जान्छु। मैले सोधेँ, बाँकी दुई वर्ष के गर्छौ? उनले भने, एक वर्ष त पछिल्लो यात्राको विषयमा सोच्नमा र त्यसको रस लिनमा बिताउँछु। अर्को, आउँदो वर्ष गर्ने यात्राको योजना बनाउनमै बिताउँछु।

फेरि पनि मुल्ला नसरूद्दीन तीन वर्षमा एकपल्ट यात्रामा जान्छन्, तिमी एकपटक पनि गएनौ। तिम्रो आधा जीवन अतीतको सोचाइमै बित्छ र आधा भविष्यबारे सोच्नमै; यात्रा त कहिल्यै शुरू हुँदैन। कि त तिमी स्मृतिमै रूमल्लिइरहन्छौ, त्यो सपना जुन मरेको छ; र कि तिमी कल्पनामा रूमल्लिइ रहन्छौ, जुन सपना हो

भविष्यको, जुन अहिलेसम्म जन्मिएको छैन। तिमी दुवैमा बाँडिएका छौ, मध्यमा छ वर्तमान, त्यहाँ छ जीवन; त्यसबाट तिमी वञ्चित रहन्छौ।

ज्ञानले तिमीलाई जगाउँछ- अहिले, यहाँ, यसै क्षणमा। ज्ञानले तिमीलाई वर्तमानमा ल्याउँछ। अतीत हराएर जान्छ; गई सक्यो; तिमी व्यर्थै त्यो खरानीलाई बोकिरहेका छौ। भविष्य अझै आइसकेको छैन; तिमी त्यसलाई ल्याउन पनि सक्दैनौ। जब आउँछ, तब आइहाल्छ। वर्तमान अझै यहीँ छ। जे यहीँ छ, त्यही सत्य हो। सपनाको अर्थ हो– जे यहाँ छैन, त्यसैमा रूमल्लिनु।

यो सूत्रलाई ध्यानमा राखः *"विद्याको संहारबाट सपना पैदा हुन्छन्।'*

जब तिमीभित्र ज्ञान हुँदैन, आत्मा जाग्रत हुँदैन, अनि त तिमी सपनामा हराउँछौ। अतीत-भविष्य सबै त्यहीँ हुन्छ; वर्तमान कतै हुँदैन। वर्तमान नै सबैथोक हो। जसै-जसै तिमी जाग्रत हुँनेछौ, अतीत कम, भविष्य कम, वर्तमान भरपूर भइदिन्छ। जुन दिन तिमी पूरै जाग्नेछौ, त्यस दिन केवल वर्तमान रहन्छ। त्यस दिन न कुनै भविष्य हुन्छ, न कुनै अतीत हुन्छ। जब अतीत नै छैन, भविष्य नै छैन भने चित्तका साबै रोगहरू, सबै पुनरूक्तिहरू, सबै वर्तुल नष्ट हुन्छन्। तब तिमी यहाँ हुन्छौ- शुद्ध, निर्मल, निर्दोष, ताजा; बिहानीको शीतजस्तै। तब तिमी यहाँ कमलको फूल जस्तै हुन्छौ। यस क्षण तिमी सम्पूर्णरूपले यहाँ छौ भने तिमी परमात्मा भयौ।

यो क्षण तिमी बिल्कुलै यहाँ छैनौ; त्यसैले तिमी शरीर हौ, मन हौ, आत्मा होइनौ। केवल यही कुरा थाहा छ, तिमीलाई तानेर अतीतबाट यहाँ ल्याइएको छ, भविष्यबाट तानेर यहाँ ल्याइपुऱ्याइयो। तिमी न अघि जाऊ, न पछि जाऊ; तिमी यहीँ उभिइराख। यहीँ, अहिले, यसै क्षण परिपूर्ण रूपले शान्त, सजग बनेर रहनु ध्यान हो। त्यसैबाट विद्याको जन्म हुन्छ। त्यसैबाट तिमीलाई जीवनको चरम् उत्कर्ष र जीवनको चरम् समाधि र आनन्द उपलब्ध हुनेछ। त्यसलाई जसले खेर फाल्यो गुमायो, उसले सबै गुमायो। त्यसलाई जसले पाउँछ, त्यसले सम्पूर्ण पाउँछ।

पाँचौं प्रवचन

संसारको सम्मोहन र सत्यको आलोक

आत्मा चित्तम् ।	*आत्मा चित्त हो ।*
कालादीनां तत्वानामविवेको माया ।	*कला आदि तत्वहरूको अविवेक नै माया हो ।*
मोहावरणात् सिद्धिः ।	*मोह आवरणले युक्त योगीलाई सिद्धिहरू त फलित हुन्छन्, तर आत्मज्ञान हुँदैन ।*
मोहजयादनत्ताभोगात्सहज विद्याजयः ।	*स्थायी रूपले मोह-जय भएपछि सहज विद्या फलित हुन्छ ।*
जाग्रद् द्वितीय करः ।	*यस्ता जाग्रत योगीलाई सम्पूर्ण जगत् मेरै किरणबाट प्रस्फुरण भएको छ भन्ने बोध हुन्छ ।*

आत्मा चित्तम्—आत्मा चित्त हो । यो सूत्र अति महत्वपूर्ण छ । सागरमा छाल देखिन्छ; छाल पनि सागर हो । छाल जतिसुकै अशान्त होस्, जतिसुकै सतहमा होस्, त्यसभित्र पनि अनन्त सागर छ । क्षुद्रले पनि विराट्लाई आफूमा समेटेको छ । सानाभन्दा साना कणमा पनि परमात्मा बसेका छन् । तिमी जतिसुकै पागल बनेका हौ, तिम्रो मन जतिसुकै आकुलब्याकुल होस्; जतिसुकै रोग, जतिसुकै व्याधिहरूले तिमीलाई घेरेको होस्- फेरि पनि तिमी परमात्मा नै हौ । यसबाट कुनै भेद वा फरक पर्दैन, तिमी निदाएका छौ कि बेहोश छौ । बेहोशीमा परमात्मा पनि तिमीभित्र बेहोश हुन्छन् । तिमी सुतेका छौ भने परमात्मा पनि तिमीभित्र सुतिरहेका हुन्छन् । तिमीले अत्यन्त पाप गरेका छौ; धेरै पापी विचार गरेका छौ, तर पनि यसबाट कुनै फरक पर्दैन । त्यस्तै विचार पनि परमात्माले तिमीभित्र गरिरहेका छन् । ती पाप पनि परमात्माका माध्यमबाटै भएका हुन् ।

*आत्मा चित्तम्*को अर्थ के हो भने तिम्रो चित्त तिम्रो आत्माकै एक परिणति हो ।

यो ज्यादै महत्वपूर्ण छ, बुझ । अन्यथा तिमी चित्तसँग झगडा गर्न शुरू गर्छौ । जसले चित्तसँग झगडा गर्छ, ऊ हार्छ । विजयको मार्ग चाहिँ चित्तलाई स्वीकार गर्नु त्यो पनि परमात्माको हो भनेर । सङ्घर्ष हैन, व्यर्थको द्वन्द्वको द्वैतको स्थिति हैन, लहर पनि सागर हो- यो प्रतीतिसँगै मनका विकृतिहरू क्षीण हुन शुरू भइहाल्छन् । जुन दिन क्षुद्रमा पनि विराट् लुकेको छ भनेर बुझ्नेछौ, क्षुद्रको क्षुद्रता हराउन शुरू हुनेछ । त्यसको सीमा तिमीले मानेका छौ, जुन गलत हो । सानोभन्दा सानो कणको पनि सीमा हुँदैन । त्यो पनि असीमकै हिस्सा हो । सीमा त तिम्रा आँखाका कारणले देखा परेको हो । सीमामा पनि असीम लुकेको छ भनेर बुझेको दिन तिम्रा लागि सीमा हराएर जान्छ ।

यो जीवनको गहनतम् प्रतीति हो कि जुन दिन व्यक्तिले आफ्नो चित्तमा परमात्मालाई देख्न थाल्छ; आफ्नो खराबीमा पनि परमात्मालाई देख्छ, आफ्नो रूमलिएको पनमा पनि उसैको चरण-चिन्हहरू पाउँछ; त्यस दिनदेखि उसको रूमल्लिने स्वभाव बन्द हुन्छ । रूमलिनुको अर्थ हो, तिमीले आफूलाई परमात्माभन्दा छुट्टै मान्यौ । त्यस छुट्टैपनमा तिम्रो पाप हुन्छ, तिम्रो विकृति हुन्छ । तिमीले आफूलाई भिन्न मानेका छौ, त्यही तिम्रो अहंकार हो ।

बडो आश्चर्यको कुरा के छ भने, अहंकारका सम्बन्धमा पापी र पुण्यात्माबीच रत्तीभर पनि भेद हुँदैन । पापी पनि अहंकारले भरिएको हुन्छ । जसलाई हामी पुण्यात्मा भन्छौ ऊ पनि अंहकारले भरिएको हुन्छ । उनीहरूका काम होलान् फरक-फरक; तर उनीहरूको प्रतीति एकैखाले हुन्छ । दुवैले आफूलाई भिन्न मानेका हुन्छन् । एउटाले आफूलाई खराब ठानेको छ, अर्कोले आफूलाई असल मानेको छ; तर दुवैले आफूलाई भिन्न मानेका हुन्छन् । जबसम्म तिमी आफूलाई भिन्नै मान्छौ, तिमी सधैं भिन्न बनिराख्छौ । वास्तवमा तिमी भिन्न हुँदैहोइनौ; तिम्रो मान्यताले तिमीलाई सङ्कीर्ण बनाएको हो । तिम्रो धारणाले तिमीलाई बाँधेको छ । तिमी आफ्नै ध्यानमा, आफ्नै सोचको बन्दीगृहमा कैद छौ । चारैतिर खुला आकाश छ र कहीँ कतै कुनै पर्खाल छैन । कसैले तिमीलाई रोकेको पनि छैन, कसैले कुनै बाधा दिएको छैन । तिम्रो अस्मिता कसरी गलेर जान्छ ?

आत्मा चित्तम्- यसको अर्थ हो तिमी तिमी होइनौ; तिमी परमात्मा हौ। तिमी ठूलो विराट्सँग जोडिएका छौ। तिमी सानो छाल होइनौ, पूरै सागर हौ। यो विराट्को प्रतितिले गर्दा तिम्रो अहंकार हराएर जान्छ। जहाँ अहंकार छैन, त्यहाँ पाप गर्ने कुनै उपाय बाँकी रहँदैन। एउटै पाप छ, त्यो हो म पृथक हुँ भन्ने भावना। यो पृथकताको भाव साधुमा पनि रहिरहन्छ।

मैले सुनेको छु, एउटा हठयोगी मरे। उनी स्वर्ग पुगे। उनले द्वार ढक्ढक्याए। द्वार खुल्यो। पहरेदारले भन्यो, स्वागत छ। भित्र आऊ ! हठयोगी उभिइरहे। उनले भने- न तिमीले सोध्यौ मेरो ठाउँ-ठेगाना; न तिमीले सोध्यौ मेरो काम; न तिमीले सोध्यौ तिमी को हौ; के गर्‍यौ, पुण्य कि पाप; केही पनि नसोधी सीधै स्वर्गमा स्वागत गर्‍यौ। ऐरे, गैरे नाथे-खैरेको समेत यसरी स्वागत भइराख्छ भने यो स्वर्ग मेरा लागि केही कामको छैन। न आरक्षण गरेको छ, न कुनै रिजर्भेसन छ, न कुनै सोधपुछ; सीधै स्वागत ! यो मेरो धारणाको स्वर्ग होइन।

यो अहंकार पुण्यले भरिएको छ, पापले होइन। यिनले साधना गरेका छन्, ठूलो सिद्धि पाएका होलान्; तर सबै सिद्धि व्यर्थका भए। सबै सिद्धिले अहंकारलाई भरिदिएको छ- यो त असिद्धि पो भयो।

बर्नार्ड शाले नोबल प्राइज पाए। सानो, प्रतिष्ठित एउटा क्लब छ युरोपमा। त्यहाँ केवल एक सय मानिसलाई सदस्यता दिइन्छ; चुनिएका व्यक्तित्व, जसको ठूलो महिमा छ जसले नोबल पुरस्कार पाएका छन् वा कुनै अरू व्यक्ति जसका उपलब्धिहरू महान छन्- जस्तै महान् चित्रकार, मूर्तिकार, साहित्यकार; तर केवल सय जना, सयभन्दा बढी सङ्ख्या त्यस क्लबको सदस्य हुँदैन। एउटा सदस्य मर्‍यो भने मात्र त्यसको ठाउँमा कुनै अर्को नयाँ व्यक्तिले प्रवेश पाउँछ। महान मानिसहरू जीवनभर प्रतीक्षा गर्छन् त्यो क्लबको सदस्यता पाउँन।

बर्नार्ड शालाई नोबल प्राइज दिएपछि त्यस क्लबको सदस्यता लिन उनलाई निमन्त्रणा गरियो। क्लबका तर्फबाट भनिएको थियो- हामी गौरवान्वित हुनेछौं तपाईंलाई आफ्नो सदस्यको रूपमा पाएर। बर्नार्ड शाले उत्तरमा लेखे, जुन क्लब मलाई सदस्य बनाउँदा गौरवान्वित ठान्छ, त्यो मेरो योग्य छैन। त्यो मभन्दा केही तल्लो

हो । म त्यस्तो क्लबको सदस्य बन्न चाहन्छु, जो मलाई सदस्य बनाउनलाई सहमत नहोस् ।

अहंकारले सधैं दुर्गमकै खोजी गर्छ; तर जीवन बिल्कुल सरल छ । त्यसैले अहंकार जीवनबाट बञ्चित भइरहन्छ । परमात्मा भन्दा सरल अरू केही पनि छैन । त्यसैले अहंकार त्यो द्वारामा जाँदै जाँदैन । त्यो द्वार त खुला नै छ । त्यहाँ स्वागत गरिन्छ तिमी को हौ नसोधिकन । परमात्माको द्वारमा तिमी को हौ भनेर सोधेपछि मात्र स्वगत हुन्छ भने त्यो द्वार सांसारिकसरह भयो । तिमी त्यस द्वारमा उभिएका छौ । तिमीले पिठ्युँ फर्कायौ त आफ्नै कारणले । द्वारपालले तिम्रो तिरस्कार गरेको छैन । तिमीले आँखा चिम्लिएका छौ । द्वार तिमीले देख्दैनौ आफ्नै कारणले । अन्यथा द्वार सधैं खुला छ र "स्वागत" शब्द सधैं त्यहाँ लेखिएको छ ।

आत्मा चित्तम्– यसको अर्थ हो तिमीले आफूलाई पृथक नमान, आफू जतिसुकै खराब भए पनि ।

यसको अर्थ यो होइन, तिमी आफ्ना खराबीलाई बढाउँदै जाऊ । यसको अर्थ यो होइन, तिमी खराब भइराख । तिमी मात्र तिमी बनेर रहन सक्ने छैनौ ।

बुद्धिमान्हरू भन्छन्, व्यक्ति त्यस्तै बन्छ, जस्तो उसले आफूलाई मान्छ । मान्यता नै बिस्तारै-बिस्तारै जीवन बन्न जान्छ । बुद्धिमान्हरू भन्छन्, व्यक्ति खराब नै छ भने पनि त्यसलाई खराब नभन । किनभने खराब भनिदिनाले, पटक-पटक पुनरूक्त गर्नाले, तिमी खराब छौं, तिमीमा खराबी छ भनिरहँदा यो आफै मन्त्र बन्न पुग्छ । सबैतिर सबै मान्छेले तिमी खराब हौ भनेर दोहोर्‍याइरहे भने त्यो व्यक्तिले पनि भित्रभित्रै म खराब छु भनेर दोहोर्‍याउन थाल्छ । ऊ बिस्तारै-बिस्तारै खराबीमा आबद्ध हुन्छ ।

जगत्मा धर्मको खोज गर्नेहरूले यो सत्यलाई निकै पहिले चिनिसकेका थिए । उनीहरूले तिमीलाई जीवनको परम सत्तालाई मन्त्र बनाउन भनेका छन्: *आत्मा चित्तम्* । तिमी परमात्मा हौ । तिम्रो आत्मा नै तिम्रो मन हो । यो ठूलोभन्दा ठूलो कुरा हो, जुन तिम्रो सम्बन्धमा भन्न सकिन्छ । यो तिम्रो मन्त्र बनोस्; यो तिम्रो जीवनमा ओत-प्रोत होस्; तिम्रो रोमरोममा झङ्कृत होस्, तिमी बिस्तारै-बिस्तारै थहा पाउने छौ तिमीले जे सोच्यौ, त्यो तिमीमा घटित हुन लागेका

छौ; जे विचार तिमीले लियौ आफू भित्र, त्यो तिम्रो जीवनमा आउँन शुरू भइसकेको छ ।

धर्मको आरम्भ- तिमी होइनौ, परमात्मा छन्- यो सूत्रबाट हुन्छ । मानौं तिमी सुतेका छौ; मानौं तिमी धेरै अर्थमा खराब छौ; मानौं धेरै भुल-चुक तिमीले गरेका छौ; तर यसबाट तिम्रो स्वभावमा कुनै फरक पर्दैन । निर्मलता तिम्रो स्वभाव हो । तिमीले जतिसुकै खराबी गरेको भए पनि यो कुरा स्मरण होओस्, म परमात्मा हुँ, सबै खराबी काटिएरै जानेछन् ।

तिमीले एक-एक खराबीलाई बेग्ला-बेग्लै रूपमा काट्नु छ, तिमीले त्यो पनि गर्न सक्छौ; त्यसो गर्‍यौ भने जन्म-जन्मसम्मको खराबी काटिने छैन । किनभने अनन्त छन् खराबीहरू र जसले एक-एक खराबीलाई कटाउन हिँड्छ, कटाउन सक्ने छैन । किनभने तिमीले एउटा खराबीलाई काट्दा, त्यो समयभित्र तिमीले अर्को दशवटा खराबीहरू उत्पन्न गरिसकेका हुन्छौ । एउटा खराबीलाई काट्छौ, उनान्सय खराबी त तिमीभीत्रै उपस्थित भइराख्छ । त्यसले तिम्रो एउटा भलाइलाई पनि रङ्गाइदिन्छ, त्यसलाई पनि खराब बनाइदिन्छ ।

त्यसैले तिमी पुण्य गर्छौ, त्यो पनि पापजस्तै भइदिन्छ । तिमी अमृत छुन्छौ, त्यो विष बन्छ; किनभने शेष सबै खराबीहरूले त्यसमाथि हमला गर्छन् । तिमी मन्दिर बनाऊ, तर पनि त्यसबाट विनम्रता आउँदैन; त्यसबाट अहंकारै उम्रिन्छ । अहंकारको मार्ग धेरै सूक्ष्म हुन्छ ! व्यर्थबाट पनि अहंकारै भरिन्छ ।

मुल्ला नसरूद्दीनसँग एउटा कुकुर थियो । त्यो कुकुरको न कुनै वंशको ठेगाना थियो; न रङ्ग-ढङ्गकै; हेर्नमा कुरूप, कमजोर; जुनबेला पनि डराइरहने, भयभीत, खुट्टा बाँङ्गिएका, कुप्रो, दुर्बल शरीर । तर नसरूद्दीन त्यस्तो कुकुरको पनि प्रशंसा गर्दै हिँड्थे ।

मैले उनलाई यो कुकुरको सम्बन्धमा केही बताऊ भनें ।

नसरूद्दीनले भने.... नाम मैले नै राखेको थिएँ 'एडोल्फ हिटलर ।' नसरूद्दीनले भने, यो हिटलरको वंश विषयमा ठीक-ठीक थाहा नभए पनि यो मूल्यवान् जनावर हो । कुनै पनि अपरिचितले खुट्टा टेक्न सक्दैन घरको आस-पास, हिटलरले हामीलाई खबर नदिई तुरून्तै त्यो अपरिचितलाई कारबाही गरिहाल्छ ।

मैले सोधें के गर्छ तिम्रो हिटलरले ? किनभने त्यो दुर्बल कुकुरलाई देख्दा शङ्कै लाग्थ्यो केही गर्नसक्ला भनेर। के यसले भुक्छ, चिच्याउँछ, कराउँछ, टोक्छ, के गर्छ ? नसरूद्दीनले भने, त्यसो होइन ! कुनै नौलो मान्छे आएको देखेर हिटलर कुदेर हाम्रो ओछ्यानमुनि आएर लुक्छ। अपरिचित आएको कुरा हामीले थाहा नपाउने कुरै हुँदैन। त्यसको यो गुण-गौरव हो।

तिम्रो अहंकार पनि मुल्ला नसरूद्दीनको हिटलरको जस्तै हो। न वंशको कुनै पत्तो। तिमीलाई थाहा छ तिम्रो अहंकार कहाँबाट उत्पन्न हुन्छ ? जो छँदै छैन हुँदै हुँदैन, ऊ पैदा कसरी हुन्छ ? त्यो भ्रान्ति हो। त्यसको वंशका बारेमा कुनै पत्तो नै चल्दैन।

तिमी परमात्माबाट उत्पन्न भएका हौ। तिम्रो अहंकार कहाँबाट पैदा भयो ? तिमी आफैंले निर्मित गरेका हौ। कहिल्यै तिमीले आफ्नो अहंकारलाई गहिरिएर हेरेका छौ ? नाम तिमीले एडोल्फ हिटलर राखेका छौ। तर नाम अनुसारको रूप उसको छैन, सबैले सोच्छन् यसका खुट्टाहरू बिल्कुलै कुप्रिएका छन्, दीन-हीन, बिचरा !

ठूलोभन्दा ठूलो अहंकार पनि दीन-हीन हुन्छ। किन ? किनभने ठूलोभन्दा ठूलो अहंकार पनि नपुङ्सक हुन्छ। त्यसमा कुनै ऊर्जा हुँदैन; ऊर्जा आत्माको हुन्छ। ऊर्जाको स्रोत अलग्गै हुन्छ। त्यसैले अहंकारलाई चौबीसै घण्टा स्याहार गरिरहनुपर्छ। त्यो आफ्नै खुट्टामा उभिन सक्दैन; त्यसलाई खुट्टा हामीले उधारोमा दिनुपर्छ। कहीले हामी अहंकारलाई पदको साहारा दिन्छौ; कहिले धनको साहारा दिन्छौं; कहिले पुण्यको साहारा दिन्छौं; अरू केही नभए पापैको साहारा दिन्छौं।

बन्दीगृहमा गएर हेर ! त्यहाँ मान्छेहरू आफूले कहिल्यै पनि नगरेका पापको झुटो चर्चा गरिरहेको पाउँछौ। जसले एकजनाको हत्या गरेको थियो, ऊ भन्छ, 'मैले शयौं मानिसहरूलाई सिध्याइँदिएँ।' किनभने बन्दीगृहमा अहंकारलाई ठूलो पार्ने उपायहरू उपलब्ध छन्। सामान्य कैदी पनि त्यहाँभित्र ठूलो कैदी बन्छ, मानौं उसले गर्नु नगर्नु ठूलोठूलो उपद्रो गरेको छ। जो विरूद्ध एउटा-दुईटा धाराका मुद्दा चलेका छन्, उसको मूल्य हुन्छ ! जसमाथि दस-पच्चीस धाराहरू लागेका छन् वा सय, दुईसय मुद्दाहरू चलेका छन्; जो प्रत्येक दिन अदालतमा हाजिर हुन्छ आज यो मुद्दाका लागि, भोलि अर्को मुद्दाका लागि, त्यही कैदी बन्दीगृहमा दादा गुरू बन्छ। त्यहाँ मान्छेहरू ती

पापहरूको विषयमा चर्चा गर्छन्, जुन उनीहरूले कहिल्यै गरेकै थिएनन् ।

पुण्य, पाप, धन, पद आदि हरेक चीजको सहयोग लिएर तिमीले अहंकारलाई निरन्तर साहारा दिइरहेका छौ । यति धेरै समर्थन पाउँदा पनि ऊ अडिरहन सक्दैन; मृत्युले उसलाई खसालिदिन्छ । किनभने जो छैन, मृत्युले त्यसैलाई मेटिदिन्छ; जो छ, त्यसलाई मेटाउने कुनै उपाय छैन । तिमी त बाँच्छौ । तर यसमा ध्यान देऊ- जब म तिमी बाँच्छौ भन्छु, त्यतिबेला म तिम्रो कुरा गरिरहेको हुन्छु जसको बारेमा तिमीलाई केही थाहा छैन । जसलाई तिमी 'म' सम्झन्छौ त्यो त बाँचिरहँदैन; त्यो तिम्रो अहंकार मात्रै हो । तिम्रो नाम, तिम्रो रूप, तिम्रो धन, तिम्रो प्रतिष्ठा, तिम्रो योग्यता, तिमीले जे कमाएका छौ, ती कुनै पनि बाँच्दैनन् । ती बाहेक पनि तिमी केही हौ; तिमीलाई थोरै भए पनि सन्धि-रेखा मिल्न शुरू भयो, जुन तिम्रो योग्यताभन्दा बाहिरको हो; जुन तिमीले कमाएका होइनौ, जसलाई तिमीले लिएरै जन्मिएका थियौ; जुन जन्मनुभन्दा पहिले पनि तिमीसँग थियो भने त्यही मात्र मृत्युपछि पनि तिमीसँगै रहनेछ ।

'आत्मा चित्तम् ।'

त्यही आत्मा खोज्नुजस्तो हो । तिम्रो चित्तमा पनि त्यसको किरण छ । अन्यथा चित्त पनि चल्न सक्दैन । पाप गर्छौ । कसले गर्छ ? गर्नका लागि ऊर्जा चाहिन्छ । त्यो ऊर्जा त्यसैबाट पाउँछौ । तिमीले त्यो ऊर्जाको दुरूपयोग गरिरहेका छौ । तर दुरूपयोगलाई तिमीले सदुपयोगमा रूपान्तरण गर्न सक्दैनौ; किनभने दुरूपयोगको मूल कारण अहंकारमा रहेको हुन्छ ।

पाप एउटै छ । त्यो हो स्वयम्लाई अस्तित्वभन्दा पृथक सम्झनु; फेरि सबै पापहरू त्यसको छायाँझैं पछिपछि आउँछन् । पुण्य एउटै छ, अस्तित्वसँग स्वयम्लाई एकै सम्झिनु । छाल सागरसँग एकैसाथ होस्, अनि सबै पुण्य त्यसकै पछिपछि आफैं आउँछन् ।

आत्मा चित्त हो । कला आदि तत्वहरूको अविवेक नै मायाहो ।

माया के हो ? आत्मा नै चित्त हो भने फेरि यो चित्तमा अन्धकार किन छ ? कला आदि तत्वहरूको अविवेक ! तिमीलाई थाहै छैन तिमीभित्र को कर्ता छ; को हो असली कलाकार तिमीभित्र; तिमीलाई थाहै छैन कुन हो मौलिक तत्व । तिमीले भनिरहेका छौ, जसले गरेको छ त्यो छँदैछैन । छैन र हैनलाई समातेर तिमी

बाँचिरहेका छौ, त्यसैले तिमी व्याकुल छौ। पूरा जिन्दगी जति दौड-धूप गरे पनि दुःख मेटिँदैन, झन् बढ्छ। पूरा जिन्दगी श्रम गरे पनि आनन्दको एक थोपा पनि प्राप्त हुँदैन; केवल दुःखको पहाड चुलिइरहन्छ। फेरि पनि मान्छे अन्त्य समयसम्म व्यर्थकै पछाडि दोडिरहन्छ। आखिर व्यर्थमा यति रस किन छ ? बुझ्ने कोसिस गर। व्यर्थमा एउटा खुबी छ।

एकजनाले नयाँ बङ्गला किन्यो। बगैंचा बनायो। फूलका बीउ रोप्यो। बिरूवाहरू उम्रन शुरू भए; तर सँग-सँगै घाँसपात पनि उम्रिए। ऊ केही चिन्तित भयो। त्यसले छिमेकी मुल्ला नसरूद्दीनसँग सोध्यो, कसरी चिन्ने कुन घाँसपात हो र कुन फूलको बिरूवा हो ? नसरूद्दीनले भने, तरिका सजिलो छ, दुवैलाई उखेल र फेरि गाड माटोमा। जुन फेरि सरेर बढ्छ त्यो घाँस-पात हो।

व्यर्थमा पनि एउटा खुबी हुन्छ- उखेलेर हेर, उखेल्दा केही बिग्रदैन। उखेल्नाले सार्थकता त हराएरै जान्छ; व्यर्थ भने फेरि सर्छ, मर्दैन। सार्थकलाई रोप, पक्का छैन फसल काट्न पाउँछौ कि पाउँदैनौ; किनभने त्यहाँ हजार बाधाहरू आउँछन्। व्यर्थलाई रोप्दै नरोप, तब बाली काट्न पाउँछौ; व्यर्थलाई उखेलेरै फ्याँके पनि फेरि-फेरि उम्रिएरै आउँछ। व्यर्थका लागि श्रम गरिराख्नै पर्दैन; सार्थकलाई सफल तुल्याउँन बढी श्रमको आवश्यकता पर्छ। तिमीले व्यर्थ चुनेका हौ। त्यो आफै उम्रिएको छ।

कसैलाई चोर बन्नुछ भने धेरै मिहिनेत गरिराख्नु पर्दैन; चोरी घाँस-पातझैं सजिलै उम्रिन्छ। कसैलाई कामवासनाले भरिदिन श्रम गर्नुपर्छ र ? कुनै प्रार्थना, कुनै योग, कुनै साधनाको आवश्यकता पर्छ ? त्यो घाँस-पातझैं उम्रिन्छ। क्रोध गर्ने कला सिक्न जानुपर्छ र कुनै विद्यापीठमा ? पर्दैन, त्यो घाँस-पातझैं आफै उम्रिन्छ।

ध्यान सिक्नुछ भने कठिनाइ शुरू हुन्छ। प्रेम सिक्नुछ भने अरू बढी मिहिनेतको आवश्यकता पर्छ। मोह बढ्छ आफै घाँस-पातझैं। प्रेमले श्रम माग्छ र प्रेमलाई ल्याउनुछ भने घाँस-पातलाई पलपल उखेलेर फ्याँक्नुपर्छ; नत्र घाँस-पातले सबैलाई मासिदिन्छ; जे सार्थक छन्, ती सबैलाई छोपिदिन्छ।

व्यर्थको खुबी के हो भने त्यसले तिमीबाट श्रमको आशा गर्दैन; तिमी अल्छी भई सुतिराख, त्यो आफैं पलपल बढ्छ। त्यसले तिमीलाई मृत्युको आखिरी क्षणसम्म गाँजिराख्छ।

साधकको अर्थ होः जसले सार्थकको खोज शुरू गऱ्यो। सार्थकलाई पाउनु भनेको पर्वततर्फ, उचाइतर्फको यात्रा हो। व्यर्थलाई पाउनु भनेको गुड्डुल्किएर तलतल खस्नुजस्तै हो; जसरी ढुङ्गो पहाडबाट तल गुड्डुल्किएर खस्छ, ऊ स्वयम् आफैं विना मिहिनेत तल झर्छ। गुरुत्वाकर्षणले त्यसलाई तल तान्छ, उसले केही पनि गर्नु पर्दैन।

तिमीले जीवनमा अहिलेसम्म कुनै केही गरेका छैनौ, यसैले तिमी व्यर्थ भयौ। तिमी भनौला- हैन, हैन, यस्तो भनेको होइन। तिमी भनौला- मैले धन कमाएँ। म पद-प्रतिष्ठामा पुगें। मैले ठूला उपाधिहरू जम्मा गरेको छु।

फेरि पनि म तिमीलाई भन्छु, तिमीले केही गरेका छैनौ, ती पद, धन, उपाधि घाँस-पातजस्तै आफै बढेका हुन्। गहिरिएर तिमीले आफूभित्र विश्लेषण गऱ्यौ भने तिमीले देख्ने छौ, धन कमाउनका लागि तिमीले कुनै केही गरेनौ; धनको आकाङ्क्षा घाँस-पातकै हिसाबले तिमीभित्र पहिलेदेखि नै थियो, त्यो हुर्किएर झाङ्गियो। तिमीले उखेलेर फ्याँकेको भए पनि त्यो दिनदिनै बढ्थ्यो। तिमीले घर बनाउन कुनै केही गरेनौ; त्यो वासना तिमीभित्र घाँस-पात सरह बढ्यो। मृत्युको अन्तिम क्षणसम्म तिमीलाई बाँधिराख्ने छ।

साधकको अर्थ होः यो सत्यलाई बुझ्नु कि जुन आफै विना परिश्रम बढिरहेको छ, त्यो व्यर्थ नै हुनेछ; मैले केही बेग्लै रोप्नुपर्छ।

मैले सुनेको कुरा हो, एउटी महिला एकजना मनोवैज्ञानिककहाँ पुगनि्। उनले भनिन्, अब मलाई सहायताको जरूरत छ। निकै दिनसम्म मैले आलटाल गरें तर अब ! अब म नभनी रहँन सक्दिन; मेरो सहायता गर्नोस्। ती मनोवैज्ञानिकले सोधे, के छ समस्या ? उनले भनिन्, समस्या मेरो हैन, मेरा पतिको हो। समस्या के छ भनेजस्तो प्रकारको प्रेम प्रथम भेटमा उनले मप्रति देखाएका थिए, अब त्यो बिस्तारै-बिस्तारै हराउँदैछ। जस्तो प्रगाढ वासना उनमा पहिले थियो, त्यो बिस्तारै-बिस्तारै क्षीण भएर गयो। पहिले उनी बाढीझैं थिए, अब उनी सुख्खा नदी सरह हुँदै छन्। मनोवैज्ञानिक भित्रभित्रै हाँसे तर बाहिर भने उनले गम्भीरता देखाए, व्यावसायिकको गम्भीरता। उनले सोधे, तपाईंको उमेर कति भयो ? ती महिलाले भनिन्, बहत्तर वर्ष मात्रै त हो नि।

पतिको उमेर नि ?

उनले भनिन्, केवल छयासी वर्ष ।

सबैले यस्तै सोच्छन्, असी नब्बे मात्र । मृत्यु विपरीत सोचाइ राख्छन् र अझै उमेर छ भन्छन् ! अझै भन्नुको अर्थ मानौं आरम्भ मात्र हो !

मनोवैज्ञानिकले भने, कहिलेदेखि तिमीलाई यी लक्षण देखिन शुरू भएको थाहा भयो ? कहिलेदेखि पतिको ऊर्जा ह्रास हुँदै छ, शक्ति ह्रास हुँदैछ, प्रेमवासना कम भएर जाँदैछ भनेर थाहा पायौ ?

पत्नीले भनिन्, हिजो राति र आज बिहान फेरि ।

मर्ने बेलासम्म मानिसहरू रछ्यानलाई समातिराख्छन्; किनभने त्यसका लागि केही मिहिनेत गर्नुपर्दैन, त्यो आफैँ उम्रिरहेको छ ।

मकहाँ मानिसहरू आएर भन्छन्- ध्यान गऱ्यो छुटेर-छुटेर गैहाल्छ, दुई दिन गऱ्यो, फेरि बन्द हुन्छ ।

यस्तो वासनामा हुँदैन । यस्तो क्रोधमा पनि हुँदैन । तिमीले कहिल्यै छोड्न सक्दैनौ । त्यसलाई तिमीले समातिरहन्छौ । कारण के हो ? ध्यान गर्दा-गर्दै छुट्छ; दुईदिन गर्छौ, फेरि ध्यानमा बस्न बिर्सिन्छौ । फेरि चार-छ महिनापछि त्यसको याद आउँछ । प्रार्थना गर्दा-गर्दै छुटेर जान्छ । र क्रोध ? र लोभ ? र काम ? र मोह ?

एउटा तथ्य बुझ्ने कोसिस गर, ध्यान तिमीले नै गर्नुपर्छ, त्यसैले छुट्ने-टुट्ने पनि हुन्छ । त्यो बीज हो त्यसलाई रोप्नुपर्छ; त्यसको स्याहारसुसार गर्नुपर्छ । अनावश्यक घाँसहरू आफैं उम्रिहाल्छन् । जुन स्वतः चलिरहेको हुन्छ, त्यसलाई व्यर्थ बुझ । जबसम्म तिमी त्यही व्यर्थमा रमाएर बाँचिराख्छौ, तबसम्म तिमीलाई केही प्राप्त हुँदैन । तब मृत्युका बेला तिमीललाई आफू खाली हात आएको र खाली हात यहाँबाट जाँदैगरेको अनुभव हुनेछ । यो अबिबेक माया हो- यो मूर्च्छा, सार्थक के हो, व्यर्थ के हो भेद गर्न नसक्नु ।

शङ्करले सार्थक र व्यर्थसम्बन्धी विवेकलाई ज्ञान भनेका हुन् । जीवनमा यो सार्थक हो र यो व्यर्थ भनेर थाहा होस् । त्यहाँ दुवै छन् । त्यहाँ घाँसपात पनि छन् र फूलका बिरूवा पनि छन् । तिमीले नै जीवनको अनुभवबाट तय गर्नुपर्छ, के सार्थक हो । सार्थकमा दृष्टि परोस् अनि ब्रह्ममा दृष्टि पर्छ र व्यर्थमा दृष्टि परिरह्यो भने मायमा भौंतारिइरहनेपट्टि पुगिन्छ । न तिमीलाई थाहा छ, तिमी को हौ; न तिमीलाई थाहै छ तिमी कुन दिशातिर गइरहेका छौ; न तिमीलाई थाहा छ तिमी कहाँबाट आएका छौ; वास्तवमा तिमी त सडकको

किनाराका धुलोमैलोमा अल्झिइरहेका छौ । सडक किनारालाई नै तिमीले घर बनाएका छौ । यति धेरै चिन्ताबाट तिमी ग्रस्त छौ त्यो व्यर्थ-धूलोमैलोको कारण, जुन निर्माण हुनुमा तिम्रो कुनै हात थिएन । तिमी त्यससम्बन्धमा चिन्तित हुनुको कुनै प्रयोजन छैन ।

'अविवेक माया हो ।'

अविवेकको अर्थ होः भेद गर्न नसक्नु, डिस्क्रिमिनेशन शक्तिको अभाव, कुन हीरा हो र कुन ढुङ्गो हो, तय गर्न नसक्नु । जीवनको हीराको पारखी बन्नुपर्छ । जीवनको जौहरी बनेपछि विवेक पैदा हुन्छ । तिमीसँग जीवन छ । तिमी खोज । यसलाई म खोजीको कसी भन्छु । जुन स्वयम् आफै चलिरहेको छ, त्यसलाई तिमी व्यर्थ जान; र जुन तिमीले चलाउँदा पनि चल्दैन, त्यसलाई तिमी सार्थक भनेर जान । यो कसी हो । जुन दिन तिम्रो जीवनमा त्यो चल्न थाल्यो, जसलाई तिमीले चलाउन चाहेका थियौ र जसलाई चलाउन मुस्किल थियो, त्यो दिन सम्झ कि फूल फुल्यो । जुन दिन त्यो उम्रिन छोड्छ, पहिले आफैँ उम्रन्थ्यो, सम्झ कि माया समाप्त भएर गयो ।

मोहको आवरणबाट युक्त योगीलाई सिद्धि त फलित हुन्छ, तर आत्मज्ञान हात लाग्दैन ।

.यो व्यर्थ यति महत्वपूर्ण भएको पाउँछौ, जीवनमा तिमीले सार्थकलाई साध्न खोज्दा पनि सार्थक साधिँदैन, व्यर्थ मात्र साधिन्छ ।

· मानिसहरू ध्यान गर्न आउँछन्, उनीहरूका आकाङ्क्षालाई बुझ्ने कोसिस गर्दा दिक्क लाग्छ । ध्यानमा पनि उनीहरू व्यर्थकै माग गर्दछन् । मकहाँ उनीहरू आएर भन्छन्, म ध्यान गर्न चाहन्छु, किनभने मेरा शरीरमा रोगहरू छन् । ध्यान गर्नाले रोगहरू निको हुन्छन् भन्ने आश्वासन दिनुहुन्छ ?

मकहाँ आउनुभन्दा उनीहरू चिकित्सक कहाँ गएको भए राम्रो हुन्थ्यो । राम्रो हुन्थ्यो उनीहरूले शरीरको चिकित्सा गर्ने मानिस खोजेको भए । उनीहरू शरीरको ओखतीका लागि आत्माको वैद्यकहाँ आएका छन् । उनीहरू ध्यान गर्न तयार छन्, ध्यान उनीहरूका लागि चिकित्साभन्दा अरू महत्वको हुँदैन; त्यो ओखती पनि शरीरका लागि ।

मकहाँ मान्छेहरू आउँछन्, उनीहरू भन्छन्, बडो कठिनाइपूर्वक जीवन निर्वाह भएको छ, धनको असुविधा छ; के ध्यान गर्नाले यी सबै ठीक भएर जान्छन् ?

यो मोहको आवरण यति घना छ, तिमीले गरेको अमृतको खोजी समेत विषकै लागि हुन्छन् । दिक्क लाग्दो कुरा छ ! तिमी चाहन्छौ अमृत होस्; तर तिमी भने त्यसैबाट आत्महत्या गर्न चाहन्छौ । तर अमृतबाट आत्महत्याको चाहना पूरा हुँदैन । अमृत पियौ कि तिमी अमर बन्छौ । तिमी अमृतको खोजीमा आउँछौ तर तिम्रो लक्ष्य आत्महत्या हुन्छ । धन, देह वा संसारको कुनै न कुनै अङ्गलाई तिमी धर्मबाट पूरा गर्न खोज्छौ ।

ध्यान दिएर श्रवण गर मान्छेका प्रार्थनाहरू । मन्दिरमा गएर उनीहरू के मागिरहेका छन्, त्यसमा विचार गर ? तिमीले उनीहरू मन्दिरमा समेत संसार मागिरहेका पाउँछौ । कसैको छोरोको बिहे भएको छैन; कसैको छोरोले जागिर पाएको छैन; कसैको घरमा झगडा छ । मन्दिरमा पनि तिमी संसारकै वस्तु माग्न जान्छौ ? तिम्रो मन्दिर यी चीजहरूको विक्रीवितरण गर्ने सुपर मार्केट हो ? के त्यहाँ वस्तुहरू बिक्छन् ? तिमीले अझैसम्म पनि मन्दिरबारेको परिचय पाएका रहेनछौ । त्यसैले तिम्रा लागि मन्दिरका पुजारी पसले हुन्; किनभने त्यहाँ जो जान्छ, तिनीहरू संसारका ग्राहक हुन् । खास मन्दिरबाट तिमी वञ्चित छौ ।

मेरा एकजना मित्र दाँतका डाक्टर छन् । उनको घरमा म पाहुना थिएँ । म बसिरहेको थिएँ उनको बैठक कोठामा । बिहानको समय थियो, सानो एउटा बच्चो डराइ-डराइ भित्र आयो । चारैतिर उसले अचम्मित भएर हेऱ्यो । फेरि मसँग सोध्यो, के म सोध्न सक्छु- साउती मारेझैं गरेर-डाक्टर साहेब भित्र हुनुहुन्छ कि हुनुहुन्न ? मैले भनें, उनी अहिले बाहिर गएका छन् । खुशी भयो त्यो बच्चो । त्यसले भन्यो, मेरी आमाले पठाउनु भएको मलाई दाँत देखाउन । तपाईंलाई थाहा छ उहाँ फेरि कुनबेला बाहिर जानुहोला ?

बस्, यस्तै हालत छ तिमीहरूको । मन्दिर तिमीले भेट्यौ भने तिमी बचौला । दाँतको दुखाइ तिमीले सहन सक्छौ; तर दाँतका डाक्टरले तिमीलाई जुन दुखाइ दिन्छन्, त्यो तिमी सहन तयार छैनौ । तिमी सानो बच्चाजस्तै हौ । तिमी संसारको पीडा सहन सक्छौ; तर धर्मको पीडा सहनलाई तिम्रो तयारी पुगेको छैन । धर्मले

पीडा दिँदैन; तिम्रो संसाररूपी दाँत यति धेरै सडेको छ तिनलाई निकाल्दा पीडा हुन्छ नै। धर्मले पीडा दिँदैन, धर्म त परम् आनन्द हो। तर तिमी दुःखमा बाँचिरहेका छौ र तिमीले दुःख मात्रै आर्जित गरेका छौ। तिम्रा सबै दाँत सडेगलेका छन्; तिनलाई तान्नुपर्दा कष्ट हुन्छ नै। तिमी यति धेरै डराउँछौ तिनलाई तान्दा हुने पीडाबाट, तिमी राजी छौ ती विषाक्त अवस्था झेल्नलाई। त्यसरी तिमी विषाक्त बन्दै गैरहेका छौ; तिम्रो जीवन गलित भएर गएको छ।

तर तिमी यस दुःखसँग परिचित छौ। मान्छे परिचित दुःख झेल्न राजी हुन्छ; अपरिचित दुःखसँग भने भयभीत हुन्छ ! यी दाँत तिम्रा हुन्, अरू कसैका होइनन्। यो दुखाइ पनि तिम्रै हो। त्यसलाई तिमीले जन्मौ- जन्मदेखि चिनेका छौ। तर यी दाँत निकाल्दा पीडा हराएर जान्छ र जीवनमा पहिलोपटक आनन्दको द्वार खुल्नेछ भन्ने ज्ञान तिमीलाई छैन।

तिमी मन्दिर जान्छौ र सोध्छौ पुजारीसँग, परमात्मा फेरि कहिले बाहिर भेटिएलान् ? म त्यही समय पारेर आउँछु। तिमी जान्छौ होला। तिमी नजान पनि खोज्छौ। तिमी आफूसँग कस्तो चाल खेल्छौ, यसको हिसाब गर्न मुश्किल हुन्छ।

निरन्तर तिमीलाई देखेर, तिम्रा समस्यालाई देखेर, म यस्तो नतिजामा पुगेको छु- तिम्रो एउटै मात्र समस्या छ त्यो के भने तिमी के चाहिँ गर्न चाहन्छौ ? तिमीले ठीसँग बुझ्न सकेका छैनौ। ध्यान गर्न चाहन्छौ कि ? त्यो पनि पक्का छैन। फेरि ध्यान नगर्दा तिमी दुःखी हुन्छौ। के गर्ने हो त्यो तिमीलाई यकिन छैन, त्यसलाई तिमीले मन लगाएर गर्ने छैनौ, आधा-आधा भावले गर्नेछौ। आधा-आधा भावबाट जीवनमा केही पनि उपलब्ध हुन सक्तैन। व्यर्थ त विना भावले पनि चल्छ। त्यसमा तिमीले कुनै केही लगानी गर्नुपर्दैन; यसको आफ्नै गति हुन्छ। तर जीवनलाई सार्थकमा लगाउनुपर्छ, दाउमा लगाउनुपर्छ।

यो सूत्र भन्छः *मोह आवरणले युक्त योगीलाई सिद्धिहरू त फलित हुन्छ, तर आत्मज्ञान हुँदैन।*

मोहको आवरण यति धेरै घना हुन्छ, तिमी धर्मतर्फ जान्छौ भने पनि तिमीले त्यहाँ चमत्कारको आशा गर्छौ। त्यहाँ बुद्ध छन् भने पनि उनीहरूलाई तिमीले चिन्न सक्दैनौ। तिमी सत्य साई बाबालाई चिनौला। त्यहाँ बुद्ध र सत्य साई बाबा दुवै छन् भने, तिमी सत्य

साई बाबातिर जानेछौ, बुद्धतिर जाँदैनौ । किनभने बुद्धले तिमीलाई विभूति निकालेर दिँदैनन् ।

तिमी चमत्कारीहरूको खोजीमा छौ । तिमी चमत्कारबाट छिटै प्रभावित हुन्छौ । किनभने तिम्रो आकाङ्क्षा, वासना परमात्माका लागि हैन; तिम्रो गहिरो वासना संसारका लागि हो । जहाँ तिमी चमत्कार देख्छौ, त्यहाँ तिमीलाई गुरू उपस्थित भएको भान पर्छ । त्यहाँ वासना पूरा हुने आशा जाग्छ । गुरूका चरणमा, सेवामा लाग्नु जरूरत छ, आज नभए भोलि विभूति मात्र किन बहुमूल्य कोहिनूर समेत निस्कनसक्छ । के फरक पर्छ गुरूलाई ! उनी जे पनि निकाल्न सक्छन् ।

कोहिनूर तिम्रो आकाङ्क्षा हो । कोहिनूरका लागि स-साना व्यक्ति मात्र हैन, ठूलाभन्दा ठूला भनिने व्यक्तिहरू पनि चोर बन्न तयार हुन्छन् । जुन व्यक्तिको हातबाट विभूति निस्कन सक्छ शून्यबाट, उनले चाहेमा तिमीलाई अमरत्व दिन सक्छन्, बस केवल गुरू-सेवाको जरूरत छ ।

हैन, बुद्धबाट तिमी वञ्चित रहन पुग्छौ; किनभने त्यहाँ कुनै चमत्कार घटित हुँदैन, त्यहाँ सम्पूर्ण वासना समाप्त हुन्छन्, त्यहाँ वासनालाई तृप्त पार्ने सवाल रहन्न । बुद्धसँग त महानतम् चमत्कार, आखिरी चमत्कार घटित हुन्छ-निर्वासनाको प्रकाश छ त्यहाँ । तर तिम्रो वासनाले भरिएका आँखाले त्यो देख्दैनन् । बुद्धलाई तिमी त्यसबखत देख्न सक्नेछौ, त्यसबेला बुझ्नेछौ, उनका चरणमा तिमी त्यतिबेला झुक्न सक्नेछौ, जब यथार्थमै संसारको व्यर्थता तिमीले देख्न पुग्नेछौ, मोहको आवरण हटाएर ।

मोह पनि नशा हो । नशामा डुबेको मान्छे हिँड्छ, डग्मगाउँछ; उसलाई थाहा छैन कहाँ गैरहेको छ, किन गैरहेकोछ; हिँड्छ बेहोसीमै; त्यो मानिसजस्तै तिमी पनि हिँडिरहेका छौ । जतिसुकै तिमी सम्हाल आफ्ना गोडाहरूलाई, यसबाट कुनै फरक पर्दैन । रक्स्याहाले आफूलाई सम्हाल्ने कोसिस गर्छ । तिमीले आफूलाई धोखा दिन सक्छौ, यसबाट अरूलाई कुनै धोखा हुन सक्तैन । सबै रक्स्याहाले म नशामा छैन भनेर देखाउने कोसिस गर्छन्; उनीहरू जति कोसिस गर्छन्, त्यति नै त्यो अवस्था प्रकट हुन्छ । मोह नशा हो ।

म भन्छु मोह नशा हो, बिल्कुल रासायनिक अर्थमा भन्छु मोह नशा हो। मोहको अवस्थमा तिम्रा पूरै शरीर नशालु द्रव्यहरूले भरिन्छन्- वैज्ञानिक अर्थमा पनि यस्तै हुन्छ। जब तिमी कुनै स्त्रीको प्रेममा पर्छौ, तिम्रा पूरै शरीरको रगत विशेष रासायनिक द्रव्यले भरिन्छ। ती द्रव्य त्यही हुन् जुन भाङमा हुन्छ, गाँजामा हुन्छ, एल एस डि मा हुन्छ। त्यसैले जसको प्रेममा तिमी परेका छौ, त्यो स्त्री अलौकिक देखिन थाल्छे। ऊ यस पृथ्वीकी जस्ती लाग्दिन। जुन पुरूषको तिमी प्रेममा पर्छौ त्यो पुरूष यस लोकको जस्तै लाग्दैन। नशाले छोडेपछि, त्यो दुई कौडीको पनि लाग्दैन। जबसम्म नशा छ, सबै थोक छ।

त्यसैले तिम्रा कुनै पनि प्रेम स्थायी रहिरहन सक्दैनन्; किनभने त्यो प्रेम नशाको अवस्थामा गरिएको थियो। त्यो मोहको एक रूप हो। होशमा भएको थिएन त्यो प्रेम, बेहोशीमा भएको थियो। त्यसैले हामी प्रेमलाई अन्धो भन्छौं। प्रेम अन्धो हैन, मोह अन्धो हो। हामी भुलले गर्दा मोहलाई प्रेम सम्झन्छौं। प्रेम त आँखा हो त्योभन्दा महत्वपूर्ण कुनै आँखा हुँदैन। प्रेमको आँखाबाट संसारमा लुकेर रहेका परमात्मा देख्न सकिन्छ। मोह अन्धो हुन्छ; जहाँ केही पनि छैन त्यहाँ सबैथोक देखापर्छ। मोह एउटा सपना हो।

जसलाई हामी योगी भन्छौं, उनीहरू पनि यस मोहबाट ग्रस्त छन्। सिद्धिहरूले केही हल गर्छन्। उनीहरू केही शक्तिहरू त पाउँछन्। शक्ति पाउन कठिन हुँदैन। अरूको मनका विचार पढ्न सकिन्छ, थोरै मात्र उपाय गर्नुपर्ने जरूरत हुन्छ। अरूलाई विचारबाट प्रभावित गर्न सकिन्छ, यसका लागि थोरैमात्र उपाय गर्नुपर्ने जरूरत हुन्छ। कोही आयो, तिमी भन्न सक्छौ उसको मनमा के विचार आयो, यसका लागि थोरै मात्र उपाय गर्नुपर्ने जरूरत हुन्छ। यो विज्ञान हो; धर्मसँग यसको कुनै लिनु-दिनु छैन। मनलाई पढ्ने विज्ञान छ, जसरी किताबलाई पढ्ने विज्ञान छ। जसले पढेको छैन, ऊ तिमीले किताब पढेको देखेर निकै छक्क पर्छ- के चमत्कार हो यो ? जहाँ केही पनि देखापर्दैन काला धब्बाहरू मात्र छन्, त्यहाँबाट तिमी यति विधि आनन्द लिइरहेका छौ- कविताको, उपनिषद्को, वेदको- मन्त्रमुग्ध भइरहेका छौ ! नपढेको मानिस देखेर चकित हुन्छौ।

मुल्ला नसरूद्दीनको गाउँमा उनी एक्लै पढे-लेखेका मानिस थिए । समाजमा एउटा मात्र पढे-लेखेको मान्छे छ भने उसले पढे-लेखेको छ कि छैन पक्का भन्न सकिन्न । किनभने कसले पत्तो लगाओस् ? गाउँभरमा जसलाई पनि चिठी आदि लेखाउनु परेमा, ऊ नसरूद्दीनकहाँ आउँथ्यो । उनले चिठी लेखिदिन्थे ।

एकदिन एउटी बूढी आइन् । उनले भनिन्, चिठी लेखिदेऊ नसरूद्दीन ! नसरूद्दीनले भने, अहिले लेख्न सक्दिन, मेरो गोडा निकै दुखेको छ । बूढीले भनिन्, हदै भयो ख्यालठट्टा ! गोडाको दुखाइसँग चिठी लेख्नुमा के सम्बन्ध छ ? नसरूद्दीनले भने, अब त्यसको कारणतिर नजाऊ । मेरो गोडामा पीडा छ, म चिठी लेख्दिन । बूढी पनि जिद्दीवाल थिइन् । उनले भनिन्, म चिठी नलेखाइ यहाँबाट जान्न । म पढ-लेख गर्न जान्दिनँ, गोडाको दुखाइसँग चिठी लेख्नुको के सम्बन्ध रहन्छ, यस विषयमा मैले कहिले पनि सुनेको छैन। नसरूद्दीनले भने, तिमी मान्दिनौ भने म भनिदिन्छु । फेरि त्यो चिठी पढ्नलाई अर्को गाउँसम्म जान पीडा हुन्छ नि । त्यहाँ पनि मै जानुपर्छ । मैले लेखेको चिठी मैले मात्र पढ्न सक्छु । अहिले मेरो गोडा दुखेको छ, म लेख्दिनँ ।

नपढेका मान्छेहरू किताबमा मग्न रहेका मान्छेलाई देखेर अचिम्मित हुन्छन् । पढ्न सिकाउन सकिन्छ यो कला हो भन्ने तिम्रो मनमा खेल्छ । अरूलाई पनि थाहा छ यो कला हो । तर त्यो विचारलाई बुझ्ने कलाको सम्बन्ध धर्मसँग छैन । न किताब पढ्नुको कलासँग धर्मको कुनै सम्बन्ध छ; न अरूको मनलाई पढ्ने कलासँग धर्मको कुनै सम्बन्ध छ । जादुगरले सिक्छन् जादुको कला; उनीहरू कुनै सिद्धपुरूष होइनन् ।

तर जादु देखेर तिमी निकै अचम्मित हुन्छौ । तिमी गयौ कुनै साधुकहाँ र उनले भने, आऊ ! बस । तिम्रो नाम लिएर उनले बोलाए, तिम्रो गाउँको ठाउँ ठेगाना बताइदिए र भने, तिम्रो घरको छेउमा एउटा निमको बुटो छ । त्यो सुनेर तिमी पागल भयौ ! तर साधुलाई निमको रूखसँग के लिनुदिनु, तिम्रो गाउँसँग के लिनदिनु, तिम्रो नामसँग उनलाई के मतलब ! साधु त ती हुन् जसलाई थाहा छ, कसैको कुनै नाम हुँदैन, रूप हुँदैन, कसैको कुनै गाउँ हुँदैन । यी गाउँ, नाम, रूप सबै संसारकै हिस्सा हुन् । तिमी सांसारी हौ ! ती साधुले पनि तिमीलाई प्रभावित पार्दैछन्, किनभने उनी तिमीभन्दा

गहिरो संसारमा छन् । उनले अरू कला पनि सिकेका छन् । तिमीले नबताइकनै उनी भन्न सक्छन् । उनी तिमीलाई प्रभावित पार्न चाहन्छन् ।

ध्यान राख, जबसम्म तिमी अरूलाई प्रभावित पार्न चाहन्छौ, तबसम्म तिमी अहंकारले ग्रस्त छौ भनेर बुझ । आत्मा कसैलाई प्रभावित पार्न चाहँदैन । अरूलाई प्रभावित पार्नुमा सार के छ ? के अर्थ छ ? पानीमा लेखेको रेखाजस्तो हो । के होला मलाई ? दश हजार मान्छे प्रभावित होऊन् कि दस करोड मान्छे प्रभावित होऊन्, यसबाट हुन्छ के ? उनीहरूलाई प्रभावित गरेर म के पाउँछु ?

अज्ञानीहरूको भीडलाई प्रभावित गर्ने उत्सुकताले अज्ञानको जानकारी दिन्छ । राजनेताहरू अरूलाई प्रभावित गर्नमा उत्सुक हुन्छन् । तर धार्मिक व्यक्तिहरूसमेत किन अरूलाई प्रभावित गर्नमा उत्सुक भएका ? जब तिमी अरूलाई प्रभावित गर्न चाहन्छौ, तब एउटा कुरा याद राख, तिमी आत्मा स्थित छैनौ । अरूलाई प्रभावित गर्नुको अर्थ हो कि तिमी अहंकार स्थित छौ ।

अहंकारले अरूमा पारिने प्रभावलाई भोजनकै रूपमा लिनेगर्छ; त्यसैमा बाँच्छ । जति धेरै आँखाले मलाई चिन्छन्, उति नै मेरो अहंकारको आकार ठूलो हुन्छ । सम्पूर्ण दुनियाँले मलाई चिन्यो भने मेरो अहंकार सर्वोत्कृष्ठ भइदिन्छ । कसैले मलाई नचिनेको होस्-गाउँबाट निस्कूँ, सडकबाट हिंडूँ, कसैले हेर्दैन, कुनै रिकग्नेसन छैन, कुनै परिचय छैन; कसैको आँखामा झुल्किनै पुग्दिन, मान्छेहरूका लागि म केही नै हैन- बस त्यसपछि अहंकारमा चोट पर्छ । अहंकार भन्छ अरूले मतिर ध्यान दिऊन् । यो बडो गज़बको कुरा हो । अहंकार ध्यान गर्न चाहँदैन; ऊ चाहन्छ अरूले उसमाथि ध्यान दिउन्, सारा दुनियाँले त्यतैतिर हेरून्, ऊ केन्द्र बनोस् ।

धार्मिक मानिसहरू चाहिँ अरूले मतिर हेरून् कि नहेरून् त्यसको चिन्ता फिक्री गर्दैनन्; उनीहरू आफैंतिर हेर्छन् किनभने अन्तत त्यही सबैको साथ जान्छ । यो त केटाकेटी कुरा भयो । अरूले उनीहरूको प्रशंसा गरेमा बच्चाहरू खुशी हुन्छन् । सर्टिफिकेट घर लिएर आउँछन् नाच्दै-उफ्रिँदै । बूढ्यौलीमा पनि तिमीले सर्टिफिकेट मागिरहेका छौ भने बुझ तिमीले जिन्दगी गुमाइदियौ ।

त्यस्ता मानिसहरूको सिद्धिको आकाङ्क्षा अरूलाई प्रभावित गर्नु रहेको हुन्छ। धार्मिक व्यक्तिले त्यो आकाङ्क्षा राख्दैन। त्यही त सांसारिक स्वभाव हो।

यो सूत्र भन्छः *"मोह आवरणबाट ढाकिएको योगीलाई सिद्धि त फलित हुन्छ, तर आत्मज्ञान हुँदैन।"*

त्यो योगीले जतिसुकै ठूलो सिद्धि पाओस्, त्यसले छोएपछि मुर्दा जिउँदो होस्, त्यसको स्पर्शले रोग हराओस्, त्यसले पानी छुँदा औषधी बनोस्, तर यिनीहरूको आत्मज्ञानसँग कुनै पनि सम्बन्ध हुँदैन। वास्तविक स्थिति ठीक उल्टो छ। त्यो व्यक्ति जतिजति सिद्धिहरूले भरिँदै जान्छ, त्यति नै आत्मज्ञानबाट टाढिँदै पनि जान्छ। किनभने जति-जति अहंकार भरिन्छ, उति-उति आत्मा खाली हुन थाल्छ। र जति-जति अहंकार खाली हुन्छ, उति-उति आत्मा भरिन्छ। तिमी दुवैलाई एकैसाथ भर्न सक्दैनौ।

अरूलाई प्रभावित गर्ने आकाङ्क्षा छोड, अन्यथा योग पनि भ्रष्ट भएर जान्छ। तिमी योग साधना गर्छौ भने, त्यो पनि राजनीति हुनेछ, धर्म हुनेछैन। र राजनीति एक जाल हो फेरि पनि येनकेन प्रकारेण मान्छेले अरूलाई प्रभावित पारिराख्न चाहन्छ। फेरि सीधा र गलत मार्गबाट पनि प्रभावित पारिराख्न चाहन्छौ। तिमी अरूलाई शोषण गर्न चाहन्छौ, त्यसैले तिमी अरूलाई प्रभावित पार्न चाहन्छौ।

मैले सुनेको छु, चुनाव भइरहेको थियो; साँझ तीनजना मान्छेलाई हिरासतमा थुनियो। अँध्यारो थियो, तीनैजनाले अँध्यारैमा एक-अर्कोलाई परिचय दिए। पहिलो व्यक्तिले भन्यो, म हुँ सरदार सन्तसिंह। म सरदार सिरफोरसिंहका लागि काम गर्दै थिएँ। दोस्रोले भन्यो गजब भयो ! म हुँ सरदार सैतानसिंह। म सरदार सिरफोरसिंहको विरोधमा काम गर्दै थिएँ। तेस्रोले भन्यो, वाहे गुरूजी कि फतह ! वाहे गुरूजीका खालसा ! हदै भयो ! म खुद सरदार सिरफोरसिंह हुँ।

नेता, अनुयायी, पक्षका विपक्षका सबै कारागृहका योग्य छन्। त्यहीँ उनीहरूका लागि ठीक ठाउँ हो, जहाँ उनीहरू हुनुपर्छ। किनभने पापको शुरूवात त्यहीँबाट हुन्छ, जहाँ म अरू मान्छेलाई प्रभावित गर्न हिँडेको हुन्छु। किनभने अहंकारले न शुभलाई जान्दछ, न अशुभ; अहंकार केवल आफूलाई भरिराख्न जानेको हुन्छ। कसरी आफूलाई भर्छ, यो गौण हो। अहंकारको एउटै आकाङ्क्षा हुन्छ, म

आफूलाई भरूँ र परिपुष्ट बनूँ । किनभने अहंकार निर्जनपन हो, सबै उपाय गरेर पनि भरिन सक्दैन, खाली रहन्छ । जति-जति उमेर ढल्दै जान्छ, त्यति-त्यति अहंकार बहुलाउन थाल्छ; किनभने अहिलेसम्म भरिन पाएन, अहिलेसम्म यात्रा अधुरै छ तर समय भने बित्दैछ ।

त्यसैले बूढो मान्छेले धेरै झर्कोफर्को गर्छन् । त्यो झर्कोफर्कोपन कुनै अरूप्रति हैन; त्यो झर्कोफर्कोपन आफ्नो जीवनको असफलताप्रति हो । जसलाई उसले भरिभराउ पार्न चाहेको थियो, त्यसो हुन पाएन ।

बूढो मान्छेको झर्कोफर्को अरू बढ्दै जान्छ; किनभने उसलाई लाग्छ जतिजति वृद्ध भइयो अरूले ध्यान दिन छोड्दै छन्, कहिले खेल समाप्तै भएर जाला भनेर उनीहरू प्रतिक्षामा छन् ।

मुल्ला नसरूद्दीन सय वर्षका भएका थिए । मैले उनीसँग सोधें, नसरूद्दीन परमात्माले तिमीलाई यति लामो उमेर किन दिए, यसको उत्तर छ तिमीसँग ?

उनले सजिलै भने, आफन्तहरूको धैर्यको परीक्षा लिनका लागि । सबै वृद्धहरूले धैर्यको परीक्षा लिइरहेका हुन्छन् । उनीहरूको ध्यान चौबीसै घण्टा छ कि छैन । मृत्युले उनीहरूलाई पछि नष्ट गर्ला तर आफन्तहरूको पीडाले उनीहरूलाई पहिल्यै नष्ट गरिदिन्छ । त्यसबाट पनि झर्कोफर्को सहित असहजता पैदा हुन्छ ।

एकरसताको अनुभव तिमीलाई तब हुनेछ, जब तिमी व्यक्तिहरूका ध्यान आफूतरि तान्न बन्द गरिदिन्छौ, जब तिमी यस्तो भिखमङ्गापन बन्द गर्छौ । सिद्धिले के हुन्छ ? मान्छेहरूले तिमीलाई चमत्कारी भन्लान्; लाखौंको भीड जम्म होला । लाखौं मूढहरूको भीड जम्मा गरेर तिमी यी लाखौं मूढहरूको ध्यानका केन्द्र हौ भन्ने प्रमाणित गर्छौ । तिमी महामूढ हौ ! अज्ञानीहरूको प्रशंसा पाएर के लाभ हुन्छ ? स्वयं आफैंलाई ज्ञान मिल्न सकेन भने अरूबाट प्रशंसा मागेर तिमी के गरौला ? जो आफैँ भट्किएको छ, त्यस्ताको तिमी नेता हुन पुगौला ? त्यो सम्मानको कति मूल्य छ ?

फरीद सुफी फकीर थिए । उनी बोल्दा मानिसहरू ताली पिट्थे र उनी आफू चाहिँ रून्थे । एकदिन उनका शिष्यहरूले सोधे, हदै भयो ! मानिसहरू ताली पिट्छन्, तपाईंचाहिं रून्हुन्छ, के कारण हो ? फरीदले भने, उनीहरूले ताली पिट्दा मलाई लाग्छ मबाट कुनै

गल्ती भयो होला। अन्यथा उनीहरूले ताली कहिल्यै पिट्ने थिएनन्। जब उनीहरू ताली पिट्दैनथे, मलाई लाग्थ्यो, मैले ठीक कुरा भनिरहेको छु।

गलत मान्छेको तालीको मूल्य के ? तिमी कसका सामु आफूलाई "सिद्ध" प्रमाणित गर्न चाहिरहेका छौ ? यो संसारमा तिमीले आफूलाई "सिद्ध" प्रमाणित गर्न चाहेका हौ भने मलाई लाग्छ तिमी अबुझहरूको प्रशंसा पाउँन आतुर छौ। तिमी अबुझ हौ। तिमीले परमात्माका सामु आफूलाई सिद्ध प्रमाणित गर्न खोजेका हौ भने तिमी अरू महा अबुझ हौ। किनभने उनका सामु त विनम्रता चाहिँन्छ। त्यहाँ अहंकारले काम गर्दैन। त्यहाँ तिमी नष्ट भएर पुग्यौ भने मात्रै स्वीकार हुन्छौ। त्यहाँ तिमीले घमण्ड र बाउँठोपना लिएर गयौ भने तिम्रो बाउँठोपन बाधक बन्छ।

यसैले तथाकथित सिद्ध परमात्मासम्म पुग्न सक्दैन। परम् सिद्धिहरू उनीहरूले पाएका होलान् तर असल सिद्धि चाहिँ पाएका हुँदैनन्। त्यो असल सिद्धि हो आत्मज्ञान। किन आत्मज्ञान पाउनबाट उनीहरू बन्चित हुन्छन् ? किनभने सिद्धिले पनि अरूतिरै फर्कन्छ, आफूतर्फ होइन। एकछिन कल्पना गर, यो दुनियाँमा कोही पनि छैन, तिमी मात्र छौ। यो अवस्थामा तिमी सिद्धिको चाहना गरौला ? तिमी चाहौला पानीलाई छुँदा औषधि बनोस् ? बिरामीलाई छुँदा स्वस्थ बनोस् ? मूर्दालाई छुँदा जिउँदो होस् ? कोही पनि नहोस् पृथ्वीमा, तिमी एक्लो होऊ, तिमीले सिद्धिहरूको चाह गरौला ? तिमी के गरौला ? तिम्रो उपलब्धि हेर्ने कोही छैनन्।

अरूमाथि तिम्रो ध्यान छ, आफूप्रति ध्यान जानै सक्तैन। आत्मज्ञान त्यसलाई फलित हुन्छ, जसले आफ्नो आँखा अरूबाट मोडेर आफूतिर लैजान्छ।

'स्थायी रूपबाट मोह-जय भएमा सहज विद्या फलित हुन्छ।'

स्थायी रूपबाट मोह-जय भएमा सहज विद्या फलित हुन्छ !

मोहलाई जय गर्नुछ। मोह के हो ? मोहको अर्थ हो: अरू विना म बाँच्न सक्दिन; अरू मेरा केन्द्र हुन् भन्ने भावना।

तिमीले बच्चाका कहानीहरू पढेको होला, त्यसमा कुनै राजा हुन्छ र त्यसको प्राण कुनै पक्षीमा, सुगामा, मैनामा रहेको हुन्छ। तिमीले त्यो राजालाई काट्दा पनि मर्दैन। गोली शरीरबाट छिरेर निस्केर जान्छ, राजा भने जीउँदै रहन्छ। तीरले मुटुमा छेडे पनि

राजा मर्दैन । विष पिलाए पनि कुनै असर हुँदैन । राजा जीवितै रहन्छ । तिमीले पत्ता लगाउनुपर्छ त्यो सुगालाई, मैनालाई, जसमा राजाको प्राण अडेको हुन्छ । त्यसको घाँटी तिमी निमोठीदेऊ, त्यसको गर्धन छिँदालिदेऊ, राजा मर्छ ।

बच्चाका यी कहानीहरू अर्थपूर्ण छन्; बूढाहरूले पनि यसको महत्व बुझ्न तयार हुनुपर्छ । मोहको अर्थ हो: तिमी आफूमा जिउँदैनौ, कुनै अरू चीजमा जीउँछौ । सम्झ, कसैको मोह दराजमा छ । तिमी त्यो दराज लुटेर लैजाऊ, ऊ मर्छ । उसको प्राण दराजमा थियो । कसैको बैंक ब्यालेन्स हरायो, ऊ मर्‍यो ।

मोहको अर्थ हो: तिमीले आफ्नो प्राण आफूबाट हटाएर कहीँ अन्यत्र राखेका छौ । कसैले आफ्नो प्राणलाई छोरोमा राखेको छ, कसैले आफ्नी पत्नीमा राखेका छन्; कसैले धनमा राखेको छ; कसैले पदमा राखेको छ । सबले प्राण कहीँ अन्यत्र राखेको छ । जहाँ हुनुपर्थ्यो प्राण त्यहाँ छैन । तिमीभित्र प्राण चलिरहेको हुँदैन, कहीँ अन्यत्र चलिरहेको हुन्छ ।

यही मोह संसार हो; किनभने जहाँ-जहाँ तिमीले प्राण राख्यौ, त्यसैको दास तिमी बन्छौ । जुन राजाको प्राण सुगाभित्र थियो, ऊ सुगाको गुलाम भयो; किनभने सुगामाथि सबै निर्भर रह्‍यो । सुगा मर्‍यो कि आफ्नै प्राण गयो । त्यसले सुगालाई बचाइराख्छ ।

मैले सुनेको छु, कुनै सम्राट ज्योतिषीसँग असाध्यै रिसाए; किनभने ज्योतिषीले प्रधानमन्त्री भोलि नै मर्ने भविष्यवाणी गरे । भोलिपल्ट प्रधानमन्त्री मर्‍यो पनि । राजा ज्यादै चिन्तित भए । उनलाई लाग्यो, हुन सक्छ प्रधानमन्त्री ज्योतिषीले भनेकै कारणले मर्‍यो । ज्योतिषीको भनाइको प्रभाव यति धेरै पर्‍यो, उसको मृत्यु नै भयो । अब ज्योतिषी समस्याकै विषय भइदियो । राजाले सोचे, यसले मलाई पनि तिमी भोलि मर्छौ भन्यो भने त बाँच्न मुश्किल हुनेछ; किनभने त्यो भनाइको गहिरो प्रभाव पर्नेछ ।

त्यसैले राजाले ज्योतिषीलाई कारागृहमा हाल्यो । ज्योतिषीले यसको कारण जान्न चाहे । सम्राटले भने, तिमी खतरनाक रहेछौ ! मलाई लाग्छ, प्रधानमन्त्रीको कालगतिले मृत्यु भएको थिएन, तिम्रो भविष्यवाणीको प्रभाव उसको मनमा यति गहिरो गरी गढ्यो, ऊ सम्मोहित भयो र मर्‍यो । तिमी खतरनाक रहेछौ ।

ज्योतिषीले भन्यो, मलाई कारागृहमा पठाउनुअघि म एउटा कुरा तपाईंलाई भन्छु सुन्नुहोस्, तपाईंको भविष्यबारे पनि मैले हिसाब निकालेको छु । सम्राटले खुबै कोसिस गरे उसको भविष्य नसुन्न; तर ज्योतिषीले सुनाइहाल्यो । सम्राटले भने, चुप लाग ! ज्योतिषीले भने, चुप रहने कुनै उपाय छैन । म मरेको तीन दिनपछि महाराजको पनि मृत्यु हुनेछ । यो मेरो भविष्यवाणी भयो ।

अब आपत आइलाग्यो । त्यो ज्योतिषीलाई महलमा नै राख्नुपर्ने भयो । उसको स्वास्थ्य तन्दुरूस्त राखेर आयु बढाउनुपर्ने भयो । उसले सबैको सेवा पाउन थाल्यो । राजाले उसको हात-गोडा मिच्थ्यो; किनभने ऊ जुन दिन मऱ्यो, तीन दिनपछि..... ।

जहाँ तिमी आफ्नो प्राण राखिदिन्छौ, तिमी त्यसैको सेवामा लाग्न थाल्छौ । मान्छेहरूलाई हेर, दराजको नजिक कसरी जान्छन् । बिल्कुलै हात जोड्दै रहन्छन्, जसरी मन्दिर जानेहरू गर्छन् । दराजमा "शुभ-लाभ", "श्री गणेशाय नमः" लेखेका हुन्छन् मानौं दराज स्वयं भगवान् हो ! त्यसैलाई पूजा गर्छन् । दीपावलीका दिन सबैले आ-आफ्ना दराजलाई पूजा गरिरहेका हुन्छन् । किनभने त्यहाँ उनीहरूको प्राण बसेको छ । कुन भावले उनीहरू पूजा गर्छन्, त्यो भाव हेर्न लायकको हुन्छ । दोकानदार हरेक वर्ष आफ्ना बही-खाता शुरू गर्छन्, स्वस्तिक बनाउँछन्, "शुभ-लाभ" लेख्छन्; 'श्री गणेशाय नमः' लेख्छन् । तिमीलाई थाहा छैन होला । यिनीहरू गणेशको यति धेरै स्तुति किन गर्छन् ?

यी गणेश पुराना उपद्रवी हुन् । पुरानो कथा अनुसार गणेश विघ्नका देवता हुन् । हेर्दैमा यिनी उपद्रो गर्नेखाले लाग्छन् । पहिलो कुरा त उनको टाउको आफ्नो होइन । जसको आफ्नो टाउको छैन, त्यो मान्छे पागल हो । त्यसले जेसुकै असम्भव गर्न सक्छ । ढङ्ग-रङ्ग उनको सन्धिग्ध लाग्छ । मुसोमा सवार छन् । त्यो मुसो तर्क हो; कैंचीले जस्तै काट्छ । तर्क कहिल्यै पनि भरोसायोग्य हुँदैन । जहाँ तर्क पुग्छ, त्यहाँ विघ्न उपस्थित हुन्छ । जसको जीवनमा तर्क पस्यो, त्यसको जीवनमा उपद्रो आउँछ, अराजकता आउँछ, शान्ति सबै हराएर जान्छ ।

गणेश पुराना देवता हुन् विघ्नका । जहाँजहाँ शुभ भइराखेको हुन्छ उनी त्यहीं विद्यमान हुन्थे । मान्छेहरू उनीसँग डराउन थाले । डराएकै कारणले शुरूमा नै उनलाई हात जोरेर मानिसहरू भन्छन्,

कृपा गर, बाँकी हामी सबै सम्हाल्छौं । बिस्तारै-बिस्तारै अवस्था यस्तो भएर गयो कि जुन देवता विघ्नका थिए, मान्छेहरूले उनलाई मङ्गलका देवता मान्न थाले । तर उनीहरूले बिर्से पुरानो कहानी । उनलाई हात जोड्नु ठीकै हो ताकि उनी यता नआऊन् । यसतर्फ कृपा दृष्टि मात्र राख ।

हेर, दराजको नजिक कुनं भावले भक्तहरू धनको पूजा गर्दछन् !

मोहको आवरणको अर्थ हुछः तिम्रो आत्मा कहीँ अन्तै थुनिएको छ । त्यो पत्नीमा होला, धनमा होला, पदमा होला, त्यो कहीँ पनि हुन सक्छ, यसमा खासै फरक पर्दैन; तर तिम्रो आत्मा तिमीभित्र छैन, मोहको यो अर्थ हो । शाश्वत, स्थायी रूपबाट मोह-जयको अर्थ हो तिमीले सम्पूर्ण परतन्त्रता छोडिदियौ । अब तिमी कुनै अरूमा निर्भर भएर बाँच्दैनौ; तिम्रो जीवन आफूमै निर्भर छ । तिमी स्वकेन्द्रित भयौ । तिमीले आफ्नो अस्तित्वलाई नै केन्द्र बनायौ । अब पत्नी रहिनन्, धन रहेन तर पनि तिमीलाई खासै फरक पर्दैन- त्यो समुद्रको माथि-माथिको छाल हो- तिमी उद्विग्न नबन । सफलता प्राप्त होस् कि विफलता, सुख आओस् कि दुःख, त्यसमा कुनै अन्तर पर्दैन । अन्तर पर्थ्यो तिमी उनीहरूमाथि निर्भर रहेको भए ।

मोह-जयको अर्थ होः परम् स्वतन्त्र हुनु; म कसैमा निर्भर छैन- यस्तो प्रतीति हुनु; म एक्लै पर्याप्त छु- यस प्रकारको तृप्ति । म हुनु पूरा हो, यस्तो भाव मोह-जय हो । जबसम्म अरू हुनुमा तिम्रो निर्भरता भइराख्छ, तबसम्म मोहले बाँधी राख्छ; तबसम्म तिमीले अरूलाई पक्री राख्छौ, त्यो कतै नछुटोस्, कहीँ बाटैमा हराएर नजाओस्; किनभने ऊ विना तिमी कसरी रहौला !

मुल्ला नसरूद्दीनकी पत्नी मरिन्, त औपचारिक रूपले उनी रोइरहेका थिए । नसरूद्दीनका एकजना मित्र थिए, उनी निकै डाँको छोडेर रोइरहेका थिए- छाती पिट्दै, आँसु बगाउँदै थिए । मुल्ला नसरूद्दीनले बिलौना खप्न सकेनन् । उनले भने, भाइ, यति बिलौना नगर, म फेरि अर्को बिहे गर्छु । तिमी यति धेरै दुःखी नबन ।

ऊ भित्रभित्रै मुल्ला नसरूद्दीनकी पत्नीका प्रेमी थिए । मुल्ला नसरूद्दीनको प्राण त्यहाँ थिएन, तर साथीको प्राण त्यहाँ थियो । उसले ठीकै भन्यो, तिमी यति धेरै बिलौना नगर, म फेरि बिहे गरिहाल्छु ।

जुन चीजले तिमीलाई रूवाउँछ- त्यही तिम्रो मोह हो । जुन चीज गुम्नाले तिमी नराम्रो अनुभव गर्छौ- त्यही तिम्रो मोह हो । सोच, कुनचाहिँ चीज गुम्नाले तिमी एकदमै दीन बनौला- त्यही तिम्रो मोहको बिन्दु हो । त्यो चीज गुम्नुभन्दा पहिले तिमीले त्यसमा आफ्नो नियन्त्रण हटाऊ, मुक्त होऊ । किनभने त्यो एकदिन गुम्छ नै । दुनियाँमा कुनै पनि चीज स्थिर छैन- न भित्रता, न प्रेम- कुनै पनि चीज स्थिर छैन । यहाँ सबै बदलिइरहन्छन् । संसारको स्वभाव परिवर्तित छ । यो एउटा प्रवाह हो- नदीझैं बगिरहेको छ । यहाँ केही पनि स्थिर भएर बस्दैन । तिमी लाख उपाय गर, तर पनि केही कुनै स्थिर रहँदैन । तिमी आफ्नै कारणले दुःखी छौ । जुन सधै चलिरहेको छ, त्यसैलाई तिमी रोक्न चाहन्छौ; जुन बगिरहेको छ, तिमी त्यसलाई रोक्न खोज्छौ, अड्याएर राख्न चाहन्छौ । त्यो रोकिने खालको छैन । त्यो त्यसको स्वभावै होइन ।

परिवर्तन संसार हो, र तिमी चाहन्छौ कुनै स्थायी साहारा मिलोस् । त्यो पाइँदैन । यसैले तिमी प्रतिपल दुःखी छौं । हरक्षण तिम्रो सहारा गुमिरहेको छ ।

त्यस्तो कुराको खोजी जुन गुमाउँदा तिमी दुःखी हुनेछौ । त्यस्तो चीज गुम्नुभन्दा पहिले तिमी आफ्नो नियन्त्रण त्यसबाट हटाउन शुरू गर । यो मोह-जयको उपाय हो । पीडा होला तर त्यो पीडा झेल्न सकिनेखाले हुन्छ; यो तपश्चर्या हो । केही छोडेर कतै जानुपर्ने वा पलायन हुनपर्ने जरूरत छैन । तिमी आफ्नी पत्नीलाई त्यागेर हिमालय पुग्नुपर्दैन । तिमी जहाँ छौ, त्यहीं बस । पत्नीमा रहेको निर्भरता बिस्तारै-बिस्तारै कटौती गर्न थाल । पत्नीलाई कष्ट दिन आवश्यक छैन । पत्नीलाई तिमीले उनीमाथिको निर्भरता छोड्न थालेको पत्तो नै हुँदैन ।

जिजसले भनेका छन्, तिम्रो बायाँ हात के गर्छ, त्यो दायाँ हातलाई पत्तै नहोस्, यसो भयो भने मात्र तिमी ठीक-ठीक साधक हौ । किनभने अरूलाई थाहा दिने इच्छा राख्नु पनि अहंकारको प्रतीक हो । तिमी अरूलाई थाहा दिन चाहन्छौ हेर, पत्नीलाई त्यागें म हिमालय जाँदैछु ! कति महान् काम गरें !

यो कुनै महान् काम होइन । कुनै पनि पतिसँग सोध, सबै पति हिमालय जान खोज्छन् । जान सक्दैनन्, यो अर्कै कुरा हो यसमा केही....।

मुल्ला नसरूद्दीन एक दिन पुगे गाउँको पागलखानामा र उनले ढोका ढक्ढक्याए । सुपरिटेन्डेन्टले ढोका खोले र भने, समस्या के हो ? उनले भने, कुनै मान्छे पागलखानाबाट भागेर गयो कि ? सुपरिटेन्डेन्टले भन्यो, तिमीलाई यसको के मतलब ? के तिमीले कसैलाई भागेको देख्यौ ? उनले भने, मेरी पत्नीलाई कसैले भगायो । मैले सोचें, पक्कै पनि कुनै पागलखानाबाट छुट्यो होला । किनभने म आफैंले छुट्न चाहिरहेको थिएँ, त्यसले त आफ्नै हातले आफूलाई फसायो ।

पतिहरूलाई सोध ! संसारमा जो उभिएको छ, त्यसको दुःखको कुनै अन्त्य छैन । भाग्न सक्तैन; किनभने त्यसले कहीँ कतै सुख दोस्रो ठाउँमा पनि देख्दैन, कहाँ जाओस् ? जहाँ जान्छ संसार सँगसँगै रहन्छ । फेरि ठूलो आकाङ्क्षाहरूले यो ठाउँलाई यसले बनाएको हो, र अब बनाएपछि भत्काउन मुश्किल हुन्छ; पूरै जिन्दगी व्यर्थ हुन्छ ।

मोहको खोजी गर । जुन चीजबिना तिमी रहन सक्दैनौ, त्यो बिना बिस्तारै-बिस्तारै बाँच्ने भित्रदेखि चेष्टा गर । यस्तो स्थिति बनाऊ ती सबै गुमे पनि तिमीभित्र कुनै कम्पन हुनैछैन, अनि त मोह-जय भयो । यो हुन सक्छ; यस्तै भयो । एउटालाई भयो; सबैलाई हुन सक्छ ।

शिव सूत्र भन्छः *"स्थायी रूपले मोह-जय भएमा सहज विद्या फलित हुन्छ ।"*

जुनसुकै दिन मोह-जय हुन जान्छ, त्यसै दिनदेखि तिमीलाई यो विद्याको अनुभव हुन थाल्छ, ज्ञान स्फुरण हुन थाल्छ, जुन सहज छ, जुन कसैबाट सिकिँदैन । त्यही आत्मज्ञान हो । आत्मज्ञान अरूबाट सिक्ने कुनै सुविधा छैन; त्यो भित्रै स्फुरित हुन्छ । जसरी वृक्षमा फूल आउँछ, जसरी झरना बग्छ, यस्तै तिमीभित्र जुन बगिराखेको छ सधैं, कलकल नाद गरिराखेको छ, त्यो तिम्रै हो, सहज; त्यसलाई कसैसँग लिनु छैन । कुनै गुरूले पनि त्यसलाई दिन सक्दैन; सबै गुरूले त्यसतर्फ इसारा गर्छन् । जब तिमीले पाउनेछौ, तब तिमीलाई यो आफूभित्रै लुकेको अनुभव हुनेछ; यो आफ्नै सम्पदा हो । यसैले त भयो सहज विद्या ।

दुई किसिमका विद्या छन् । संसारको विद्या सिक्नुछ भने यो अरूबाट सिक्नुपर्छ; त्यो सहज हुँदैन । जतिसुकै बुद्धिमान मान्छे होस्,

उसले संसारको विद्या अरूबाटै सिक्नुपर्छ । जतिसुकै मूढ मान्छे होस्, उसका लागि आत्मविद्या अरूबाट सिक्ने उपाय होइन । त्यो तिमीभित्र छ । बाधा मोहको छ । मोह फाट्छ, बादल छाँटिन्छ अनि सूर्य निस्कन्छ ।

'यस्तो जाग्रत योगीलाई, सारा जगत् मेरै किरणको प्रस्फुरण हो, यस्तो बोध हुन्छ ।'

जुन दिन सहज विद्याको जन्म हुन्छ, जागृति आउँछ, सारा जगत् मेरै किरणबाट स्फुरित छ भन्ने थाहा हुन्छ । तब तिमी केन्द्र हुन पुग्छौ । तिमीले निकै चाहेका थियौ जगत्को केन्द्र हुन सकूँ भनेर । अहंकारकै कारणले त्यो हुन पाएको थिएन । प्रत्येक पटक हान्यौ । अहंकार हराउने बित्तिकै तिमीले आफूलाई केन्द्रमा पाउँछौ ।

तिमी जे पाउन चाहन्छौ, त्यो तिमीले पाउँछौ; तर तिमीले गलत दिशामा त्यसको खोजी गरिरहेका छौ । तिमी भ्रान्तिको मार्गमा हिँडिरहेका छौ । तिमीले जे पाउँन चाहेका छौ, त्यो प्राप्त हुन सक्छ; तर जसको सहायताले तिमी पाउन खोज्छौ, त्यसको सहायताले त्यो सम्भव छैन; तिमीले गलत सारथि चुनेका छौ, तिमीले वाहन गलत चुनेका छौ । अहंकारबाट तिमी कहिल्यै विश्वको केन्द्र बन्न सक्दैनौ । निर-अहंकार व्यक्ति तत्क्षण विश्वको केन्द्र बन्न पुग्छ । बुद्धत्व प्रकट हुन्छ बोधि-वृक्षको फेदमा, सारा दुनियाँ परिधि हुन पुग्छ; सारा जगत् परिधि हुन पुग्छ; बुद्धत्व केन्द्र बन्छ । सारा जगत् मेरै फैलावट हो । फेरि सबै किरण मेरै हुन् । सारा जीवन मेरो हो । यो "मेरो" तब फलित हुन्छ, जब "म" मेटिएर जान्छ । यही जटिलता छ । जबसम्म "म" रहन्छ, तबसम्म तिमी जतिसुकै ठूलो बनाऊ "मेरो" फैलावट्लाई, जतिसुकै ठूलो साम्राज्य बनाऊ, तिमी धोखा दिँदैछौ ।

असाध्यै पाकिसक्यौ, अनेकौं-अनेक जन्महरूमा भट्किइसक्यौ, फेरि पनि सजग छैनौ !

मैले सुनें, मुल्ला नसरूद्दीन एक दिन हवाइजहाजमा सवार थिए । आफ्नो कुर्सीमा बस्नासाथ उनले परिचारिकालाई बोलाए र भने, सुन ! तेल, पानी, हावा, पेट्रोल सबै ठीक-ठाक त छ ? ती परिचारिकाले भनिन्, तिमी आफ्नो ठाउँमा शान्तसँग बस । यो तिम्रो काम होइन । यो हाम्रो चिन्ता हो । नसरूद्दीनले भने, फेरि बीचमै झरेर धकेल चाहिँ नभन्नू नि ।

मलाई कसैले यो किस्सा सुनाएपछि मैले नसरूद्दीनसँग सोधें, यस्तो घट्ना भएको हो ? उनले भने, भएको हो । डढेको दूधको मोही पनि फुकी-फुकी पिउँछन् । बसको अर्को रूप हवाइजहाजमा पनि चिन्ता रहन्छ कतै बीचमै झरेर धकेल्नु नपरोस् ।

तिमी धेरैपटक डढिसकेका छौ । मोहीलाई पनि फुकी-फुकी पिउन त टाढै, तिमीले अहिलेसम्म दूधलाई पनि फुकी-फुकी पिउन सिकेका छैनौ ।

जीवनको ठूलोभन्दा ठूलो दुविधा यही नै हो हामी अनुभवबाट सिक्न सक्दैनौं । मान्छेहरू भन्छन् अनुभवबाट हामी सिक्छौं; त्यस्तो देखिंदैन । कसैले पनि अनुभवबाट सिकेको देखिँदैन । फेरि-फेरि तिमी त्यही भुल गरिराख्छौ । नयाँ पनि गर, त्यो पनि केही कुशलताका साथ । नयाँ गर, ताकि जीवनमा केही गति होस्, प्रौढता आओस् । त्यही भुलहरू बारम्बार गर्छौ, पुनरूक्ति गरिराख्छौ ।

चित्त एक वर्तुल हो । तिमी त्यसमै घुमिराख्छौ चक्का सरह । त्यो चक्का चल्छ तिम्रो मोहबाट । मोहलाई हटाऊ, चक्का रोकिन्छ । चक्का रोकिनासाथ तिमीले आफूलाई केन्द्र भएको पाउँछौ । तिमीले केन्द्र बन्नु आवश्यकता छैन, त्यो त तिमी छौ नै । तिमीलाई परामात्मा बन्नुपर्ने आवश्यकता छैन, तिमी हौ नै । यसैले त्यो विद्या सहज छ ।

'यस्तो जाग्रत योगीलाई, सारा जगत् मेरै किरणको स्फुरण हो, यस्तो बोध हुन्छ ।'

यो बोधमा परम् आनन्द छ । यस बोधमा परम् अमृत छ । यस्तो बोध आउँनासाथ तिम्रो जीवनबाट सम्पूर्ण अन्धकार, सबै दुःख, सारा चिन्ता हराएर जान्छ । तिमी हर्षोन्मादले भरिन्छौ । अनि एउटा मस्ती, एउटा गीतको जन्म हुन्छ तिम्रो जीवनमा । तिम्रो श्वास-प्रश्वास पुलकित हुन थाल्छ, सुगन्धित हुन थाल्छ कुनै अज्ञात स्रोतबाटै ।

त्यो सहज विद्या हो; कुनै शास्त्रले त्यो सिकाउन सक्तैन र कुनै गुरूले त्यसलाई सिकाउन सक्तैनन् । गुरू तिम्रा बाधाहरू हटाइदिन सहयोगी बन्न सक्छन् ।

यो कुरालाई ठीकसँग ध्यानमा राख । त्यस परम्विद्या सिक्न अरू कुनै उपाय छैन, तर त्यस परम् विद्याको मार्गमा जुन-जुन बाधाहरू छन्, तिनीहरूलाई हटाउने उपायहरू सिक्नुपर्छ । ध्यानबाट

त्यो परम् सम्पदा मिल्दैन; ध्यानबाट केवल ढोकाको साँचो भेटिन्छ। ध्यानबाट केवल ढोका खुल्न सक्छ। त्यो परम् सम्पदा त तिमीभित्र छ। तिमी नै हौ त्यो ! तत्वमसि ! त्यो ब्रह्म तिमी नै हौ।

सबै उपाय बाधाहरू हटाउनकै लागि हुन, मार्गको बाधा हटेर जाओस्। गन्तव्य तिमीले आफूसँगै लिएर हिँडिरहेका छौ। सहज छ ब्रह्म; कठिनाइ हुन्छ भने केवल तिम्रो मोहको कारण। कठिनाइ यो होइन कि ब्रह्म पाउन अबेर हुन्छ; कठिनाइ यो हो कि संसारलाई तिमीले यति बलियोसँग समातेका छौ जति समय तिमी छोड्नमा लगाइदेउला, त्यत्ति नै समय त्योसँग मिल्नमा लाग्नेछ। त्यसै क्षण छोड्न सक्छौ, त्यही क्षण उपलब्धि हुन्छ। रोकिन चाह्यौ-जन्मौं-जन्मदेखि तिमी रोकिएकै त छौ, अरू पनि जन्मौं-जन्म रोकिन सक्छौ।

यसै त अति धेरै भयो, चाहिनेभन्दा बढी नै रोकियो। अब अरू रोकिनु कत्ति पनि अर्थपूर्ण छैन। समय पारिपक्व हुनुपर्‍यो; र संसारको वृक्षबाट तिमी खस्नुपर्छ। नडराऊ वृक्षबाट खसियो भने हराइन्छ। हराउला, तर तिम्रो जुन व्यर्थ छ त्यही मात्रै हराउँछ; जुन सार्थक छ, त्यो अनन्त गुना बनेर उपलब्ध हुन्छ।

छैटौं प्रवचन

दृष्टि नै सृष्टि हो

नर्तकः आत्मा ।	*आत्मा नर्तक हो ।*
रङ्गोऽन्तरात्मा ।	*अन्तरात्मा रङ्गमञ्च हो ।*
धीवशात् सत्वसिद्धिः ।	*बुद्धिको वशमा हुनाले सत्वको सिद्धि हुन्छ ।*
सिद्धः स्वतंत्र भावः ।	*र सिद्ध हुनाले स्वतन्त्रता फलित हुन्छ ।*
विसर्गस्वाभाव्यादबहिः स्थितेस्तत्स्थिति ।	*स्वतन्त्र स्वभावकै कारण ऊ आफूबाट बाहिर पनि जान सक्छ ।* *र ऊ बाहिर स्थित भए पनि आफूभित्रै पनि रहन सक्छ ।*

सूत्रमा प्रवेश गर्नु अघि केही कुराहरू बुझ । फ्रेडरिक नित्शेले कतै भनेका छन्, म त्यही परमात्मामा विश्वास गर्न सक्छु, जो नाच्न सक्छ । उदास परमात्मामा विश्वास गर्नु बिरामी मान्छेको लक्षण हो ।

यो भनाइमा सत्यता छ । तिमी आफ्नो परमात्मालाई आफ्नै प्रतिमामा ढाल्छौ । तिमी उदास छौ त्यसैले तिम्रो परमात्मा उदास होला । तिमी प्रसन्न छौ, तिम्रो परमात्मा प्रसन्न होला । तिमी न नाच्न सक्छौ, न तिम्रो परमात्मा नाच्न सक्छ । तिमी जस्ता छौ, त्यस्तै अस्तित्व तिमीले देख्छौ । तिम्रो दृष्टिको फैलावट नै सृष्टि हो । जबसम्म तिमी नाच्दैगरेको परमात्मामा भरोसा गर्न सक्दैनौ, सम्झ तिमी स्वस्थ छैनौ । उदास, रोइरहेको, रूग्ण परमात्माको धारणा तिम्रो रूग्ण दशाको सूचक हो ।

पहिलो सूत्र हो *:'आत्मा नर्तक हो ।'*

नर्तकका सम्बन्धमा केही अरू कुराहरू बुझिराख । नृत्य एक्लै एक कृत्य हो, जसमा कर्ता र कृत्य बिल्कुलै एकै हुन्छन् । कसैले चित्र बनाउँदा बनाउने चित्रकार र चित्र अलग भएर जान्छ । कविले

कविता लेख्छ, त्यहाँ कवि र कविता अलग हुन जान्छन् । कसैले मूर्ति गढ्यो, मूर्तिकार र मूर्ति अलग हुन जान्छ । नृत्य मात्रै एउटा त्यस्तो कृत्य हो, जहाँ नर्तक र नृत्यलाई अलग पार्न सकिन्न । नर्तक हट्यो भने नृत्य पनि हट्छ । नृत्य हरायो भने, जसको नृत्य हराएको छ, त्यो मानिसलाई नर्तक भन्नुको कुनै अर्थ छैन । ती दुवै संयुक्त हुन् । अलग अलग होइनन् ।

यसैले परमात्मालाई नर्तक भन्नु सार्थक छ । यो सृष्टि परमात्माबाट भिन्न छैन । यो उसैको नृत्य हो । यो उसको कृति होइन । यो कुनै त्यस्तो बनाइएको मूर्ति होइन, परमात्माले बनाए र त्यो अलग भयो । प्रतिपल परमात्मा यसैभित्र विद्यमान छन् । परमात्मा अलग भए भने नृत्य बन्द हुन्छ ।

ध्यान रहोस् नृत्य बन्द भयो भने परमात्मा पनि हराएरै जान्छन्; बाँकी रहिरहँदैनन् । फूल-फूलमा, पात-पातमा, कण-कणमा प्रकट भइरहेका हुन्छन् । सृष्टि कहिल्यै अतीततिर फर्केर समाप्त हुँदैन; प्रतिपल जारी नै रहन्छ । प्रतिपल सृजनको कृत्य जारी छ । त्यसैले सबै वस्तु नयाँ छन् । परमात्मा नाचिरहेका छन्- बाहिर पनि, भित्र पनि ।

आत्मा नर्तक हो, यसको अर्थ हो, तिमीले जे गऱ्यौ, जे पनि गरिरहेका छौ र भोलि गरौला, त्यो तिमीसँग भिन्न छैन । त्यो तिम्रै खेल हो । तिमी दुःख झेल्दैछौ भने यो तिम्रै चुनाव हो । तिमी आनन्दमग्न छौ भने त्यो तिम्रै चुनाव हो; यसमा कोही अरू जिम्मेवार छैनन् ।

म कलेजमा प्रोफेसर थिएँ । म नयाँ-नयाँ थिएँ । गाउँबाट कलेज निकै टाढा थियो । सबै प्रोफेसरहरू आफ्नो खाना साथमा लैजान्थे र दिउँसो खानलाई एउटा टेबुलमा एकत्र हुन्थे । संयोगकै कुरा थियो, म जसको नजिक बसेको थिएँ, उनले आफ्नो टिफिन-बक्स खोले, गहिरिएर हेरें र भने, आज पनि त्यही आलुको तरकारी र रोटी ? मलाई लाग्यो उनलाई आलुको तरकारी र रोटी मन परेन छ । आफू नयाँ भएकाले केही बोलिन । दोस्रो दिन फेरि त्यही भयो । उनले फेरि बट्टा खोले र भने फेरि उही आलुको तरकारी र रोटी ! मैले उनलाई भनें, आलुको तरकारी र रोटी मन पर्दैन भने, आफ्नी

श्रीमतीलाई अरू चीज बनाउन भन्नोस् न । उनले भने, पत्नी ! को पत्नी ? म आफैं बनाउँछु, यो खाजा ।

तिम्रो जीवन पनि यस्तै छ । कोही छैन । हाँस्न त तिमी हाँसिरहेका छौ, रून त तिमी रोइरहेका छौ; यसमा जिम्मेवार अरू कोही पनि छैन । यो हुन सक्छ, लामो समयदेखि रून्ने गरेकोले तिम्रो रून्ने बानी नै बनिसक्यो र तिमीले हाँस्न बिर्सिसक्यौ । यो पनि हुन सक्छ, तिमी यति धेरै रोयौ तिमीबाट अब अरू नयाँ गरिने सम्भावना पनि छैन, अभ्यासै भइसक्यो । यो पनि हुन सक्छ, तिमी यति धेरै जन्मदेखि रोइराखेका छौ कि कहिलेदेखि रून्न शुरू गरेको थिएँ भन्ने कुरा पनि तिमीलाई याद हुन छोड्यो । तर तिमीले बिर्सदैंमा सत्य असत्य हुँदैन । तिमीले नै रोजेका थियौ । तिमी नै मालिक हौ यसको । जहिले तिमीले तय गर्नेछौ, त्यसै क्षणदेखि रूवाइ रोकिन्छ ।

म मालिक हुँ, म स्रष्टा हुँ, मैले जे गरिरहेको छु त्यसको जिम्मेवार म स्वयं हुनेछु भन्ने बोध भएमा जीवनमा तत्क्षण क्रान्ति हुन्छ । जबसम्म तिमी अरूलाई जिम्मेवार ठहऱ्याइरहन्छौ, क्रान्ति असम्भव छ; किनभने तबसम्म तिमी परनिर्भर हुन्छौ । तिमी सोच्छौ, अरूले नै तिमीलाई दुःखी बनाइराखेका छन् । तस्तो विचार गऱ्यौ भने तिमी कसरी सुखी हुन सकौला ? असम्भव छ ! किनभने अरूलाई तिमीले बदल्न सक्दैंनौ । तिमीले आफूलाई मात्र बदल्न सक्छौ ।

भाग्यको कारणले तिमी दुःखी भइराखेका हौ भनेर सोच्छौ भने कुरा तिम्रो हातभन्दा बाहिर गयो । भाग्यलाई तिमी कसरी बदलौला ? भाग्य तिमीभन्दा माथि छ । तिमी सोच्छौ होला, अहिले जे भइरहेका छन् विधाताले लेखिदिए अनुसार भइरहेका छन् । यस्तो सोच्छौ भने तिमी परतन्त्र यन्त्र हुनेछौ, तिमी आत्मवान् रहने छैनौ ।

आत्माको अर्थ हो तिमी स्वतन्त्र छौ; र जे जति पीडा तिमीले भोगिरहेका छौ, तिम्रै निर्णयका फल हुन् । जुन दिनदेखि तिमीले निर्णय बदल्छौ, त्यसै दिनदेखि जीवन बदलिन्छ ।

फेरि जीवनलाई हेर्ने ढङ्गमा पनि सबै निर्भर हुन्छन् ।

म मुल्ला नसरूद्दीनको घरमा पाहुना थिएँ । बिहान बगैंचामा घुम्दैको बेला अचानक मेरो आँखा उनमा पऱ्यो, पत्नीले एउटा कप नसरूद्दीनको टाउकोतिर फ्याँकिन् । टाउकोमा लागेन तर भित्तामा ठोक्किएर चकनाचूर भयो । मैले देखें भनेर नसरूद्दीनलाई लाग्यो । उनी बाहिर आए र मलाई भने, क्षमा गर ! तिमीले अरू कुनै नसोच ! हामी बडो सुखी छौं । कहिले काहीँ मात्रै पत्नीले चीज फ्याँक्छिन्, तर यसले हाम्रो सुखमा कुनै बाधा पुऱ्याउँदैन । म थोरै अचम्मित भएँ । मैले भने, यो कुरा मलाई सविस्तार सम्झाऊ । उनले भने, उसको निसाना ठीक ठाउँमा लाग्यो भने ऊ खुशी हुन्थी र चुक्थ्यो भने म खुशी हुन्छु । त्यसो त हाम्रो खुशीमा कुनै फरक पर्दैन । कहिले-काहीँ निसाना लागिहाल्छ, कहिले-काहीँ चूक्छ । हामी दुवै खुशी छौं ।

जिन्दगीलाई हेर्ने तरिकामा भरपर्छ । तिमीले नै बनाउँछौ; त्यसलाई तिमीले नै हेर्छौ; फेरि तिमीले नै त्यसको व्याख्या गर्छौ । तिमी बिल्कुलै एक्ला छौ । तिम्रो संसारमा कुनै दोस्रोले कहिल्यै प्रवेश गर्दैन । चाहेर पनि प्रवेश गर्न सक्दैन । कोही प्रवेश गरिसकेका छन् भने त्यो तिमीले नै आज्ञा दिएको कारण हो ।

यसमा एक कठिनाइ छ, तिमीले यसलाई बिर्सिएका छौ । तिमीले जे भएका छन् त्यसको म आफू जिम्मेवार छु भन्ने विचार राखेका छौ भने तिमीले दुःखी हुनु पर्दैन । दुःखी हुन चाहन्छौ भने गुनासो गर्न पनि पाउँदैनौ । ती दुईमा धेरै रस छ । दुःखी हुनुमा पनि रस हुन्छ; किनभने जब तिमी दुःखी हुन्छौ, तिमी शहिद बन्छौ । शहिदपनमा मजा छ । तिमी दुःखी हुँदा, सहानुभूति खोज्छौ । सहानुभूतिमा रस हुन्छ ।

त्यसैले त मान्छेहरू आफ्नो दुःखको कथाव्यथा एकले-अर्कोलाई बढाइ-चढाइ सुनाउने गर्छन् । के कारण होला यति धेरै कथा सुनाउँछन् ? कसैको सुन्ने चाहना पनि हुँदैन । को उत्सुक छ तिम्रो दुःख सुन्नमा ? तिमीहरूका दुःखका कुराहरू सुनेर अरू पनि उदास होलान्; कसैको जीवनमा फूल फुल्दैन होला । तर पनि तिमी सुनाउँन छोड्दैनौ । अरूले त्यसबेलासम्म सुन्छ, जबसम्म उसलाई आशा हुन्छ कि तिमी पनि उसको दुःखको कथाव्यथा सुन्नेछौ । अन्यथा ऊ चुपचाप भाग्छ । तिमी तिनै मान्छेलाई बताइरहेका छौ

जसले तिमीलाई सताउँछ, जसले तिमीलाई बोल्ने मौका पनि दिँदैन । यो त सम्झौता भयो- तिमी मलाई सताऊ; तिमीलाई म सताउँछु । तिमी आफ्नो दुःखको कथा सुनाएर मलाई सताऊ; म आफ्नो दुःखको कथा सुनाएर तिमीलाई सताउँछु । हिसाब बराबर ।

किन मानिसहरू दुःखलाई यति धेरै बढाइ-चढाइ चर्चा गर्छन् ? के कारण हो ?

उनीहरू सहानुभूतिको अपेक्षा राख्छन् । दुःखको कुराकानी गरियो भने कसैले माया देखाउला, मलाई सुम्सुम्याउला; कसैले बडो दुःखी रहेछौ भन्ला । तिमी दुःख देखाएर अरूको प्रेम मागिरहेका छौ । त्यसैले दुःखमा तिम्रो ठूलो लगानी छ । त्यसमा तिमीले धेरै नै आफ्नो सम्पत्ति लगानी गरेका छौ । जब-जब तिमी दुःखी हुन्छौ, तब तिमीलाई थोरै भने पनि आशा चारैतर्फबाट उपलब्ध हुन्छ । मान्छेले तिमीलाई सहारा दिइराखेको जस्तो लाग्छ; सहानुभूति देखाउँछन् । तिमीले जीवनमा प्रेम पाएका हुँदैनौ । सहानुभूति धूलोमैलो हो; तर प्रेमका लागि त्यही निकटतम परिपूरक हो । जसले नम्बरी सुन पाएन, त्यसले नक्कली सुनबाट काम चलाउन थाल्छ ।

सहानुभूति भनेको नक्कली प्रेम हो । आकाङ्क्षा त प्रेमको थियो, प्रेमलाई त आर्जित गर्नुपर्छ; किनभने प्रेम त्यसैले पाउँछ जसले प्रेम दिन सक्छ । प्रेम दानको प्रतिफल हो । तिमी दिन असमर्थ छौ; तिमीले केवल मागिरहेका छौ । तिमी भिखारी हौ, तिमी सम्राट होइनौ ! माग्छौ, जति दुःखी हुन्छौ, त्यति नै सजिलो भएर जान्छ ।

भिखारीलाई बाटोमा हेर ! उसले बनावटी घाउ आफ्नो शरीमा बनाएको हुन्छ । त्यो घाउ साँच्चैको होइन । तर जब तिमी दुःखबाट भरिएका हुन्छौ, तिमीलाई नकार्न मुश्किल पर्नेछ, ग्लानि हुन्छ, अहंकारलाई चोट लाग्न थाल्छ, यति दुःखी मान्छेलाई कसरी बेवास्ता गर्ने भनेर ।

ऊ स्वस्थ, तगडा भएको भए तिमीले उसलाई भन्थ्यौः बालिया छौ, केही काम गर, केही कमाऊ, कमाउन सक्छौ ! तर दुःखी मान्छेलाई देख्दा तिमी बोलिहाल्न सक्दैनौ । तिमीले सहानुभूति देखाउनुपर्ने अवस्था आइपर्छ, नक्कली नै किन नहोस् ।

तिमीले दुःखलाई बलियो गरी समातेका छौ, किनभने तिमीलाई प्रेम प्राप्त भएन। जसले प्रेम पाएको छ जीवनमा, ऊ आनन्दित हुन्छ; आनन्दलाई समातेको हुन्छ, दुःखलाई होइन। दुःखलाई समातिराख्नु पर्दैन।

फेरि पनि, तिमीलाई सुविधा छ असन्तुष्टि जनाउन। किनभने तिमी भन्छौ अरूले दुःखी बनाएको छ मलाई, यसो भन्दा जिम्मेवारीको बोझ हटेर जान्छ। तिमी स्वयं जिम्मेवार छौ, कोही अरू छैन भनेर म तिमीलाई भन्छु। यही कुरा सबै शास्त्रहरूले तिमीलाई भन्छन् र सबै बुद्ध पुरूषहरूले यही एउटै कुरा भनेका छन्, तब यो सुनेर तिमीलाई दिक्क लाग्छ, बोझ लाग्छ। सबैभन्दा ठूलो बोझ के हुन्छ भने अब आफ्नो असन्तुष्टि तिमीले कुनै अरूमा थोपर्न पाउँदैनौ। त्योभन्दा पनि ठूलो बोझ के छ भने अब तिमी सहानुभूति कोबाट मागौला ? किनभने जिम्मेवार त तिमी नै रहेछौ !

तिमी आफू जिम्मेवार छौ भनेर सोच्छौ भने त परिवर्तन सम्भव छ। परिवर्तन गर्नु क्रान्ति हो, एउटा रूपान्तरणबाट हिंड्नु छ। तिम्रा सबै पुराना बानीहरूलाई नष्ट गर्नुछ। तिम्रा पुरानो ढाँचा छन्, ती सबै गलत छन्। अहिलेसम्म तिमीले जुन घर बनाएका छौ, त्यो पूराका पूरा नर्कसमान छ। त्यो तिमीले नै बनाएका हौ। त्यसलाई पूरै भत्काउनुपर्छ। अतीतको सम्पूर्ण श्रम व्यर्थ जानलागेको तिमीलाई भान पर्छ। त्यसैले तिमी यो सत्यबाट जोगिने कोसिस गर्छौ। जति तिमी बाँचौला, उत्ति नै तिमी भट्किने छौ।

पहिलो यो कुरा बुझ, तिमी नै केन्द्र हौ आफ्नो अस्तित्वको; यसमा कोही पनि जिम्मेवार छैन। जतिसुकै बोझ लागोस्, तिमीनै जिम्मेवार छौ, यो सत्यलाई स्वीकार गर्छौ भने चाँडै नै सम्पूर्ण दुःखहरू हराएर जान्छन्। किनभने एकपटक यो स्पष्ट होस्, मैले नै बनाइराखेको छु आफ्नो खेल, मेटाउनलाई कति पो समय लाग्छ र ? तब कुनै अर्को छैन। तिमी दुःखमै रस लिइराख्न चाहन्छौ भने तिम्रै खुशी ! फेरि असन्तुष्टि व्यक्त गर्नुको कुनै कारण छैन। तिमी संसारमै घुमिरहन चाहन्छौ भने पनि तिम्रै खुशी ! तिमी नर्क नै जान चाहन्छौ भने तिम्रै चुनाव ! यसपछि फेरि असन्तुष्टि देखाउनुपर्ने कुनै कारण छैन। तिमीले प्रसन्न भएरै दुःखमा बाँच्नुपर्छ।

यो सूत्र यसै अर्थमा बडो मूल्यवान् छ । पहिलो सूत्र हो: *"आत्मा नर्तक हो ।"*

तिम्रो कृत्य र तिम्रो अस्तित्व अलग-अलग छैन । तिम्रो कृत्य तिम्रै अस्तित्वबाट निस्कन्छ; जसरी नृत्य निस्कन्छ नर्तकबाट । नर्तक कराउन थाल्यो, म यो नृत्यबाट दिक्क भएको छु, म नाच्न चाहन्न । अब तिमी के भन्छौ ? तिमी भनौला, पख ! कसले तिमीसँग नाच्नु भनेको छ ? तिमी आफ्नै खुशीले नाचिरहेका छौ । रोकिऊ, सबै व्यर्थ छन् तिमीलाई रसिलो र प्रीतिकर छैन भने । तिमीलाई दुःख लागेको छ भने रोक, पख ! नृत्य आफैं हराएर जान्छ !

आत्मा नर्तक हो । यसको अर्थ के हो भने तिमीले जे जति गरेका छौ, तिमीले नै गरेका हौ, तिमीबाटै निस्केको हो । जसरी वृक्षबाट पात निस्कन्छन्, त्यसरी नै तिम्रो अस्तित्वबाट तिम्रा कृत्यहरू निस्कन्छन् । रोकिएर बस, कृत्य स्वतः हराएर जान्छ ।

दोस्रो कुरा पनि बुझ्न जरूरी छः आत्मा नर्तक हो । यो विषाद र सन्तापबाट भरिएको जीवनमा तिमीले तिम्रो दुःखको नृत्यलाई रोक्यौ भने पनि रोकिँदैन, नृत्यको रूप फेरिन सक्छ । किनभने नृत्य त रोकिनै सक्दैन्; त्यो तिम्रो जीवनको अङ्ग हो, त्यो तिम्रो स्वभाव हो । तिमी नाचिरहेका हुन्छौ तर त्यसबखत आँखामा आँसु हुने छैन, मुस्कान मात्र हुनेछ । तब तिम्रो नृत्यमा गीत हुनेछ, रोमाञ्च हुनेछ, आनन्द हुनेछ, हर्षोन्माद हुनेछ, मस्ती हुनेछ । तर अहिले तिम्रो नृत्य नारकीय छ, त्यसबखत भने स्वर्गीय हुनेछ ।

मुसलमान फकीर थिए- इब्राहीम । कुनैबेला उनी सम्राट थिए, पछि फकीर भए । उनी भारतको यात्रामा आएका थिए । उनले एकजना साधुसँग सोधे; साधु उदास देखिएका थिए । प्रायः साधु उदास हुन्छन्; किनभने उनीहरूको जिन्दगीको रस गृहस्थीमा थियो । यो बाहेक कुनै अरू रस उनीहरू जान्दैनन् । गृहस्थी छोडेर बसेका छन् । सबै हराएर जान्छन् । दुःखी नभए पनि उदास अवश्य हुन्छन् ।

दुःख र उदासमा थोरै फरक छ । दुःखको अर्थ हो उदासीमा एकप्रकारको तीव्रता; उदासीमा पनि एक उत्सुकतापूर्ण आवेश; उदासीमा एउटा बाढी हुन्छ । बाढी दुई किसिमका हुन्छन् । एउटा दुःखको बाढी; अर्को सुखको बाढी । जब तिमी उदासीबाट भरिन

पुग्छौ आँसु बग्न थाल्छ । जब तिमी खुसीले भरिन पुग्छौ आँसु बग्न थाल्छ । तर दुवै बाढी हुन् ।

संसारमा दुःख छ भनेर संसार छोडी भागेर हिँड्छ, उसलाई लाग्छ त्यहाँ सुख छ, तर त्यहाँ पनि दुःख नै देख्छ । तब ऊ उदास हुन्छ; त्यहाँ कुनै बाढी आउँदैन- न सुखको, न दुःखको ।

तिमी साधुलाई, संन्यासीलाई गएर हेर । उनीहरू मुर्दा हुन्; मानौं बाँच्दा-बाँच्दै मरेका हुन्; नृत्य बन्द भएको छ । दुःखलाई छोडेर आएका हुन्, तर सुख पनि छुट्यो; त्यही सुख पनि देखापर्थ्यो । उनीहरूको आशा थियो दुःखलाई छोडेर भागेमा, सुख नै सुख हात लाग्नेछ । यही भुल बन्यो । संसारमा दुःख छ; सुख पनि छ । तिमी सुखलाई बचाई राख्न चाहन्छौ, दुःखलाई छोड्न चाहन्छौ । दुःखलाई छोडेर भाग्छौ अनि सुख पनि छुटेर जान्छ ।

ती साधु उदास थिए । उनी साधारण साधु थिए होलान् । यथार्थमा वास्तविक साधुले सुख-दुःख दुवैलाई छोड्छ । सुखलाई मात्र जोगाएर राख्न चाहँदैन; सुख-दुःख दुवै छोडिदिन्छ । सुख-दुःख दुवैलाई छोडेपछि उदासी स्वतः हराएर जान्छ; किनभने उदासी ती दुवैको मध्यबिन्दु हो । जब तिमी दुवैलाई छोडिदिन्छौ, मध्यबिन्दु पनि हराएर जान्छ । तब नयाँ आयामको यात्रा शुरू हुन्छ, जसलाई आनन्द, शान्ति, निर्वाण जुनसुकै नाम हामी दिन सक्छौं ।

आनन्दमा बाढी हुँदैन; आनन्द शीतल किरण हो, शीतल प्रकाश हो । आनन्द उदासी पनि हो, एक अर्थमा । उदासी सुख र दुःखको बीचमा हुन्छ । आनन्द सुख र दुःखभन्दा पर हुन्छ । उदासी त्यस्तो स्थिति हो अन्धकारको, जहाँ सबै शिथिल भएर जान्छन्; जहाँ सबै आलस्यमा पर्छन् । आनन्द एक कान्तियुक्त अवस्था हो । जागृतिको अवस्था पनि हो; तर त्यहाँ न सुख हुन्छ, न दुःख । यस सम्बन्धमा आनन्द पनि उदासी जस्तै हो- त्यहाँ न सुख छ, न दुःख । त्यहाँ प्रकाश हुन्छ, तर त्यो प्रकाश सुखको जस्तो हुँदैन, किनभने सुखको प्रकाशमा तीव्रता हुन्छ र पसिना समेत निस्कन्छ ।

सुखबाट पनि मान्छे थाक्छ । तिमी धेरै समयसम्म सुखी रहन सक्दैनौ । किनभने सुखले पनि थकाउँछ; त्यसमा वेग हुन्छ, तीव्रता हुन्छ, ज्वरो हुन्छ । तिमीलाई दिन-दिनै चिट्ठा पर्नथाल्यो भने तिमी मर्छौ, जीउँदो रहँदैनौ । त्यो एकाधपटक चिट्ठा पर्नुसम्म ठीकै हुन्छ ।

किनभने दिन-दिनै पर्न थाल्यो भने त यति बढी बाढी आउँछ, तिमी सुत्न पनि सक्दैनौ । छाती यति बेगले चल्न थाल्छ, तिमी विश्राम गर्न पनि सक्दैनौ । एक्साइटमेन्ट, उत्तेजना यति बढी हुन्छ, त्यो तिम्रो मृत्युको कारण बन्छ । तिमीले सुख सधैं नै होमियोपेथी औषधिको मात्रामा मात्रै झेल्न सक्छौ । एलोपेथीको मात्रा तिमीले झेल्न सक्दैनौ । स-साना पुरियामा पाइन्छन् प्रशस्त दुःख, थोरै सुख । बस् त्यत्ति मात्रै झेल्न सकिन्छ । किनभने त्यो पनि तनाव हो । त्यसमा पनि गर्मी हुन्छ, उत्तेजना हुन्छ जुन तिमीलाई सहन गाह्रो हुन्छ ।

दुःख पनि तनाव हो, सुख पनि तनाव हो । दुवैमा उत्तेजना हुन्छ । आनन्द अनुत्तेजित चित्तको अवस्था हो । त्यहाँ प्रकाश त हुन्छ, ताप हुँदैन । त्यहाँ नृत्य हुन्छ, उत्तेजना हुँदैन । त्यहाँ शान्त-मौन नृत्य हुन्छ, जहाँ कुनै आवाज हुँदैन । त्यहाँ शून्यमा नृत्य हुन्छ, जसमा कुनै थकान हुँदैन । त्यो शरीरको होइन । सुख र दुःख दुवै शरीरका हुन् । आत्माको हो आनन्द । त्यो अर्को नृत्य हो ।

ती साधु साधारण साधु थिए, सबै ठाउँमा भेटिनेजस्तै । इब्राहीमले ती साधुलाई उदास देख्दा छक्क परे । किनभने इब्राहीमको धारणा थियो साधु आनन्दित हुन्छन् । इब्राहीमले साधुलाई सोधे, साधुको लक्षण के हो ?

ती साधुले भने, खानेकुरा पाए स्वीकार गर्नु र पाइएन भने सन्तोष गर्नु ।

इब्राहीमले भने, यो त कुकुरको लक्षण हो । यसमा साधुको के प्रयोजन ? कुकुरले पनि यही गर्छ, पाए खान्छ नपाए पनि सन्तुष्टै रहन्छ ।

जवाफ सुनेर साधु चकित परे र उनले सोधे, तपाईं साधुको परिभाषा कसरी दिनुहुन्छ ?

इब्राहीमले भने, खानेकुरा पाइयो भने बाडेर खाऔं र पाइएन भने परमात्मालाई नाच्दै धन्यावाद दिनु र भन्नु तपाईंले तपश्चर्याको एउटा अवसर दिनुभयो ।

साधुको परिभाषाः प्राप्त भयो भने बाँडेर खाऔं । जे पाइन्छ त्यसलाई बाँड्नु, त्यही साधुत्व हो । प्राप्त वस्तुलाई छोप्यो र राख्यो

भने ऊ गृहस्थ हो। जोगाएर राख्छ भने ऊ गृहस्थ हो, बाँड्छ साधु। त्यो प्राप्त भएको चीज चाहे आनन्द होस्, चाहे ज्ञान होस्- कुनै पनि चीज होस्- चाहे ध्यानै होस्। जे प्राप्त हुन्छ, त्यसलाई बाँडिदेऊ। अनौठो कुरा के छ भने यो ससांरमा जति पनि चीजहरू छन्, तिनलाई बाँड्ने हो भने कम भएर जान्छन्। त्यसैले मान्छेहरू मुठी कस्छन्। तिमीले ढुकुटी खोलेर बाँड्न थाल्यौ भने सम्पत्ति धेरै दिन बाँकी रहँदैन। किनभने संसारका सबै चीजबीजहरू सीमित छन्, बाँड्यो कि घट्यो। त्यसैले संसारमा सीमितलाई समाति राख्नु पर्ने बाध्यता छ। तर यो बानीलाई आत्माको सम्बन्धमा पनि लागु गर्नुपर्ने कुनै जरूरत छैन; किनभने यहाँ सबै सम्पदाहरू असिमित छन्। जति बाँड्छौ, त्यतिनै बढ्छ; जति उखेलेर फ्याँक, त्यत्ति नै नयाँ आउँछ। सागर छ अनन्त !

इब्राहीमले ठीकै भने: पाइए बाँडेर खाऊँ: एक्लै नखाऊँ, बाँड; पाइएन भने नाची-नाची धन्यवाद दिऊँ परमात्मालाई। सन्तोष पनि पर्याप्त छैन, किनभने सन्तोषमा पनि उदासी हुन्छ।

मानिसहरू प्राय: भन्ने गर्छन्, सन्तोषी सदा सुखी। उनीहरू गल्तीमा छन्। सन्तोषी सुखी हुँदैन, सन्तोषीले सुख मान्छ करकापले; भित्रभित्र गहिराइमा दु:खी भइरहन्छ। ऊ केही पनि गर्न सक्दैन। ऊ अरूको इन्द्रियको वशमा छ, त्यसैले सन्तोषको आड लिन्छ। हैन, ऊ सन्तोषी पनि छैन। सन्तोषको अवस्था त उदासीको हिस्सा नै हो। उसले सह्यो, कराएन, गुनासो गरेन। यो त मरेको चित्तको लक्षण भयो।

इब्राहीमले भने, पाइएन त नाचीनाची धन्यवाद दिऊँ र भन परमात्मालाई: तपाईंले एउटा अवसर दिनुभयो तपश्चर्याको। आज उपवास हुनेछ। पाइयो त धन्यवाद, किनभने बाँडियो, फैलाइयो। पाइएन त्यसका लागि पनि धन्यवाद।

साधुको आनन्दलाई नष्ट गर्न सकिँदैन। तिम्रो दु:खलाई नष्ट गरियो भने पनि बढीभन्दा बढी उदासी फलित हुने हो। तिमीले कुनै किसिमले दु:खलाई छोड्यौ भने पनि उदास हुन पुग्छौ। तिमीलाई दु:खले पनि संलग्न गराउँछ, काममा लगाइराख्छ। तिमीलाई थाहा हुनुपर्ने कुरा के छ भने तिम्रा सबै दु:ख समाप्त भएको अवस्था आयो

भने पनि तिमीले आत्महत्या गर्नेछौ ! किनभने तिमी के गरौला फेरि ? केही पनि बाँकी रहने छैन गर्नलाई ।

पिता काममा लागेका छन्; किनभने सन्तानहरूलाई पढाउनुछ, बिहे गरिदिनुछ । सबै सन्तानका बिहे होस्, सबै कामहरू फत्ते भएर जाऊन्, यो समयमा पिता के गर्लान ? उनलाई जिन्दगी बेकार जस्तो लाग्न सक्छ । बेकारका चीजमा तिमी अल्झिएर बस्छौ । त्यसमै तिमीलाई लाग्छ, तिमी केही न केही गरिरहेका छौ, महत्वपूर्ण भएजस्तै लाग्छ, जरूरी भएजस्तै लाग्छ; तिमीलाई लाग्छ तिमीविना दुनियाँ चल्दैन; छोरोको के होला, पत्नीको के होला ! यसो सोच्दा तिम्रो अहंकारले टेको पाउँछ । सोच्छौ तिमी आवश्यक मासिन हौ; तिमीबाटै सबै चलेको छ । वास्तविक कुरा के हो भने तिमीविना पनि चलेकै थियो र भविष्यमा पनि चलिरहन्छ । जब तिमी थिएनौ, चलेकै थियो; भविष्यमा तिमी हुनेछैनौ, तब पनि चल्छ । तर तिमी सपना देख्छौ आफू जरूरी भएको ।

धेरैभन्दा धेरै, तिमी दुःखलाई छोडेर पनि सन्तोष मान्न सक्छौ । सन्तोषमा पनि दुःख लुकेको हुन्छ । माथिमाथि सन्तोष हुन्छ; भित्रभित्र दुःखको घाउ बढ्छ । त्यो मलम-पट्टी मात्र हो; उपचार होइन ।

साधु सन्तोषी हुँदैनन्; आनन्दित हुन्छन् । परिस्थिति जस्तो सुकै होस्, बाँडेर आनन्दित हुने; नपाउँदा पनि नाच्लान् र आनन्दित बन्लान् ।

नृत्य आत्माको स्वभाव हो, र आत्मा दुई किसिमले नाच्न सक्छ । यसरी पनि नाच्न सक्छ ताकि चारैतिर दुःखको जालो फैलियोस्, चारैतिर उदासी भरियोस्, चारैतिर अन्धकारले छोपोस् । आत्मा यसरी पनि नाच्न सक्छ, चारैतिर किरण नाच्न थालोस् र चारैतिर फूल फुलून् ।

संन्यास आनन्दको नृत्य हो र गृहस्थ हो दुःखको नृत्य ! नर्क कहीँ अन्यत्र छैन । तिमीले नर्क कतै अन्यत्र छ भनेर आशा नगर्नू । नर्क भनेको तिम्रो गलत नचाइको ढङ्ग हो, जसबाट दुःख पैदा हुन्छ । स्वर्ग पनि कहीँ अन्यत्र छैन । स्वर्ग भनेको तिम्रो ठीकसँग नाच्ने ढङ्ग हो, जसबाट तिमीले आफू जहाँ छौ, त्यहीँ स्वर्ग पैदा

गर्छौ । स्वर्ग तिम्रो नृत्यको गुण हो । नर्क पनि तिम्रो नृत्यको गुण हो ।

तिमी नाच्न जान्दैनौ; तर तिमी सोच्छौ आँगन टेढो छ, त्यसैले तिम्रो नृत्य ठीकसँग हुन सकिरहेको छैन । आँगन कत्ति पनि टेढो छैन । नाच्न जान्नेलाई टेढो आँगन पनि ठीकै हुन्छ, फरक पर्दैन । जसलाई नाच्न आउँदैन, त्यसका लागि बिल्कुलै ठीक ज्यामितीय हिसाबले बनाइएको नब्बेकोणको आँगन पनि टेढो लाग्छ ।

मैले सुनेको छु, एकजना आँखाको बिरामी अपरेसनका लागि डाक्टरकहाँ गयो । डाक्टरसँग उसले सोध्यो, म कत्ति पनि देख्दिन; अपरेसन पछि म देख्न सक्ने हुन्छु ? डाक्टरले परीक्षण गरेर भने, अवश्य ! त्यो मान्छेले सोध्यो, म पढ्न पनि सक्ने हुन्छु ? डाक्टरले भने, पढ्न सक्नु हुन्छ !

अपरेशनपछि त्यो मान्छेको आँखा ठीक भयो, देख्न पनि थाल्यो । एक दिन ऊ रिसाउँदै डाक्टरको घर पुग्यो र भन्यो, तिमीले झुटो बोल्यौ । पढ्न त म अहिले पनि सक्दिन । ती डाक्टरले भने, तिमीले देख्न त थाल्यौ, पढ्न किन सक्दैनौ ? उसले भन्यो, पढ्न त मैले सिकेकै थिइनँ । तपाईले नै भन्नुभएको हो अपरेसनपछि पढ्न सकिन्छ ।

आँखा ठीक भए पनि पढ्न सिकेको छैन भने, पढ्न सकिँदैन । आँगन जति नै मिलेको होस्, नाच्न जानेको छैन भने नाच्न सम्भव छैन । नृत्यका लागि आँगन मिलेको हुनुपर्छ भन्ने छैन । ध्यान रहोस्, सिकाउने कोही छैन । तिमी बिल्कुलै एक्लो छौ । बुद्ध पुरुषहरूले इशारा गर्न सक्छन्, सिक्न चाहिँ तिमीले नै पर्छ । तिम्रो हात समातेर कसैले सिकाउन सक्दैन । त्यो जीवनको नृत्य यति भित्र छ, यति गहिरोमा छ त्यहाँ बाहिरको हात पुग्नै सक्दैन । त्यहाँ तिमी सिवाय कोही कसैले प्रवेश पाउँदैन । त्यहाँ तिमी एकदमै एक्लो छौ । बाँकी सबै बाहिरै रहन्छन् ।

'आत्मा नर्तक हो ।'

आत्मा सुख र दुःख दुई ढङ्गले नाच्न सक्छ । तिमी दुःखी छौ भने तिमीले नाच्ने गतल ढङ्ग सिकेका छौ । ढङ्गलाई बदल । कसैलाई दोष नदिनू । गुनासो नगर । जबसम्म गुनासो गर्छौ, तिमी

गलत तरिकाले नाच्दै रहौला; किनभने तिमीलाई आफ्नो भूलको ध्यान रहँदैन; सधैं भूल अरूकै हो भन्ने सोचमा रहन्छौ। गुनासो गर्न बन्द गर। आफूतिर हेर र जहाँ-जहाँ तिम्रो दुःख पैदा हुन्छ, त्यहाँ खोज गहिरिएर, आफूभित्र त्यसको कारण पत्तो लाग्छ। ती कारणहरूलाई छोडिदिनू। किनभने जेबाट दुःख उत्पन्न हुन्छ, त्यो कारणलाई अपनाउनुको प्रयोजन के ? जसमा विषाक्त फल फल्छ, ती बीजलाई किन रोपेर जोगाउँछौ ? वर्षवर्षमा किन बाली काटिरहन्छौ त्यसको ? बाली नै नरोप, त्यही ठीक हुन्छ। बाँझो रहोस् खेत। केही समयसम्म खाली नै रहोस् ताकि पुराना सबै चीज खरानी भएरै उड्नून्; तिमी अब फेरि नयाँ बीज रोप्न सक।

बाँझो राख्न तिमी डराउँछौ कि ? ध्यान बीचको खाली अवस्था हो। ध्यान यस्तो हो– जस्तै कोही किसान एक दुई वर्षका लागि खेतलाई खाली छोड्दिदेओस्, केही पनि नरोपोस्, यस्तै गरी ध्यानबीचको अवस्था हो; नर्कको बीज र स्वर्गको बीजबीचको खाली स्थान हो। केही दिनका लागि छोड्दिदेऊ, कुनै केही नरोप। एउटा कुरामा ध्यान दिनू, गलत गर्नुभन्दा केही नगर्नु राम्रो हो। केही क्षणका लागि रोकिएर बस, केही नगर्नू। ठीकसँग गर्न जानिएन भने केही नगर्नु नै राम्रो हो। किनभने हरेक गलत कामले, गलत कामको श्रृङ्खला उत्पन्न गरिदिन्छ। त्यसलाई नै हामी कर्मको जाल भन्छौं।

तिमी केही न केही गरिनै रहन्छौ। तिमी खाली बस्नै सक्दैनौ, केही न केही गरिरहन्छौ। तिमी खाली बस, केही नगर- त्यही ध्यान हो- ताकि पुरानो बानी छुटोस् र त्यस खाली बसाइमा तिमीलाई स्पष्ट हुन्छ। किनभने यति व्यस्त हुन्छौ, तिमीलाई हेर्ने फुर्सद पनि हुँदैन, समय नै पाउँदैनौ। ध्यानको अर्थ यति हो, तिमी चुपचाप एक घण्टा, दुई घण्टा, तीन घण्टा, जति समय तिमीलाई मिल्छ, खाली बस, केही नगर, केवल हेरिरहू। बिस्तारै-बिस्तारै तिम्रो आँखा धारिलो र गहिरो हुन्छ र जीवनमा जे-जस्ता भएका छन् त्यसको कारण आफू थिएँ भन्ने अनुभव हुन्छ। यो प्रतीति आउनासाथ व्यर्थलाई रोप्ने काम बन्द हुन्छ।

धर्म परम् आनन्द हो। त्यो त्यागको उदासी हैन, त्यो अस्तित्वको भोग हो। महाभोगमा सम्मिलित हुनु हो। त्यो अस्तित्वको नृत्यसँग एक हुनु हो। धर्मलाई तिमी त्याग र उदासीको भाषामा

सोच्दै नसोच। जसले त्याग र उदासीको भाषामा सोच्ने गराउँछ, त्यो गलत धर्म हो। सही धर्म सधैं नृत्यमय हुन्छ। सही धर्म सधैं बज्दै गरेको बाँसुरी हो।

'आत्मा नर्तक हो। अन्तरात्मा रङ्गमञ्च हो।'

नृत्य भइरहेको छ, यो कहीँ बाहिर भइरहेको छैन; यो तिमीभित्रै चलिरहेको छ। यो संसार रङ्गमञ्च हैन; तिम्रो अन्तरात्मा नै रङ्गमञ्च हो। तिमीले जतिसुकै सोच आफूलाई बाहिर, बाहिर जाने सक्दैनौ, कोही पनि बाहिर जान सक्दैन। जान्छौ कसरी बाहिर ? तिमी रहनेछौ आफैं भित्रै। त्यहीँ खेल चलिरहेको छ। सबै खेल त्यहाँ चल्छ, तर त्यसको परिणाम बाहिर देखापर्छ। तिमी कहिलेकाहीँ सिनेमाहलमा जान्छौ, पर्दामा चलचित्र देखिन्छ; तर चलचित्र यथार्थमा तिमीपछाडिको प्रोजेक्टरबाट आएको हुन्छ, पर्दामा देखापर्छ। पर्दा यथार्थ रङ्गमञ्च होइन। आँखा तिम्रो पर्दामा अडिइरहन्छ र तिमीले यथार्थ वस्तु पछाडि चलिरहेको छ भन्ने कुरा बिर्सन्छौ। फिल्मको सम्पूर्ण जाल पछाडि छ, पर्दामा त केवल त्यसको छायाँ मात्रै हुन्छ।

'अन्तरात्मा रङ्गमञ्च हो।'

प्रोजेक्टर भित्र छ। सबै खेलका बीज भित्रैबाट शुरू हुन्छ, बाहिर केवल खबर सुनिन्छ, प्रतिध्वनि सुनिन्छ। बाहिर दुःख छ भने बुझ्नु तिमीले भित्रभित्रै गलत फिल्म लिएर बसेका छौ। बाहिर तिमी जे गर्छौ, गलत भइदिन्छ, त्यसको अर्थ हो, भित्रबाट जे निकाल्छौ, ती सबै गलत हुन्छन्। पर्दालाई बदलेर कतै केही हुँदैन। पर्दालाई तिमी जतिसुकै लिपपोत गर त्यसले कुनै फरक पार्दैन। तिम्रो भित्रबाट गलत फिल्म आइराखेको छ भने पर्दामा त्यस्तै कहानी दोहरिरहन सक्छ।

केवल फिल्म हौ तिमी, अझै तिमी कोरिएको रेकार्ड हौ, जसमा एउटै लाइन मात्रै दोहोरिइरहन्छ, पुनरूक्ति भइरहन्छ।

तिमीले कहिल्यै आफ्नो खोपडीभित्र जाँच-पड्ताल गऱ्यौ ? गरेको भए तिमीले त्यहाँ उही एउटै आवाज दोहरिइरहेको पाउँछौ- कोरिएको रेकर्डझैं ! तिमी त्यही—त्यही नै दोहऱ्याइरहन्छौ। त्यहाँ कुनै नयाँ घटित हुँदैन। र त्यहाँ तिमी जे दोहोऱ्याउँछौ, त्यसको प्रतिध्वनि

चारैतिर सुनिन्छ, चारैतिर जगत्को पर्दामा त्यसको प्रतिफल देखापर्छ ।

मुल्ला नसरूद्दीन एकदिन फिल्म हेर्न गए । साथमा पत्नी थिइन्, बच्चा पनि थियो । कुनै सहीढङ्गको हुनै सक्दैनथ्यो: किनभने जब भित्र बेढङ्गी छ भने बाहिर पनि बेढङ्गी आइहाल्छ । बच्चा रोइरहेको थियो, चिच्याइरहेको थियो, होहल्ला गरिराखेको थियो । सिनेमा हलका म्यानेजरले कमसेकम सातपटकसम्म आएर भन्नुपऱ्यो, भाइ, तिमी आफ्नो पैसा फिर्ता लिएर जाऊ कि यो बच्चोलाई चुप लगाऊ । बच्चो चुप रहने खालको थिएन ! पटक-पटक म्यानेजर आउनुपऱ्यो । उसले भनेको कुरा नसरूद्दीन सुन्थे र केही नबोली हेरिरहन्थे । फिल्म अन्त्यतिर आउनथालेपछि उनले आफ्नी पत्नीसँग सोधे, सिनेमा राम्रो छ कि छैन ? पत्नीले भनिन्, एकदमै बेकारको छ । उनले भने, अब ढिलो नगर । चिमोटेर रूवान थाल बच्चोलाई, पैसा फिर्ता मागौं र घर जाऊँ ।

तिमीले धेरै दिनदेखि देखिरहेका छौ ! कैयौं जन्मदेखि देखिरहेका छौ, सबै गलत छन् ! कहिले चिमोटौला ? आफैंलाई चिमोट्नुपर्छ; यहाँ कुनै अर्को छैन । कहिले तिमी ब्युँझौला र फर्कौला ? के जरूरत छ यो गलतलाई हेरिराख्ने जसले तिमीलाई कष्ट दिइरहेको छ, जसले तिमीलाई पीडा र सन्ताप दिइरहेको छ, दुःख र दुस्वप्नबाहेक त्यसबाट अरू के पैदा भएको छ ? यो घरलाई तिमी छोड्न सक्छौ । यो घरमा तिमी आफ्नै कारण रोकिएका छौ । किन ढिलो गरिरहेका छौ ? अझै मन अघाएको छैन ? मन अघाएको छैन भने, बुद्ध, महावीर, कृष्ण, शिव, जिसस आदिका गफमा किन भुलिन्छौ ? मन अघाएको छैन भने यिनीहरूका कुरा नसुन; टाढै बस, यिनीहरूबाट बच । किनभने यिनीहरू केवल त्यस्ता मानिसहरूका लागि सार्थक हुन्, जसको मन अघाएको छ र जसले थुप्रै फिल्म हेरिसकेका छन्; जो वाक्क भइसके त्यहाँबाट; जो नर्कबाट दिक्क भएका छन् र स्वर्गीय नृत्यको आकाङ्क्षा जागिसकेको छ; जसको तीव्र आकाङ्क्षा परमात्माप्रति छ ।

तर तिम्रो मनोदशा कस्तो छ भने तिमी दुईटा नाउमा टेक्न चाहन्छौ । त्यसबाट तिम्रो कष्ट अरू बढेको छ । तिमी या संसारलाई पनि भोग्न चाहन्छौ । जतिसुकै दुःख होस् यहाँ, थोरै भए पनि आशा

झुन्डिएर बसिरहन्छ सुखको, तिमी ठान्छौ बस् अब पाउने बेला भएको छ । आशाले तिमीलाई कुराएर राख्छ । तिम्रो अनुभवले तिमीलाई भन्छ, पाउँने आशा छैन; किनभने कैयौंपटक तिमीले यस्तो आशा गरिसक्यौं, सधैं असफल नै रह्यौ । अनुभव त बुद्धको पक्षमा छ; आशा बुद्धहरूको विरूद्धमा छ । तिमी चाहिँ दुवैबाट अघाएका छौ । यी दुवै नाउ हुन् । आशाको नाउमा एउटा खुट्टो राखेका छौ, केही छिन पछि अर्कोमा । यो स्त्रीबाट सुख पाइएन भने अर्को स्त्रीबाट पाइएला ! यो छोराबाट सुख पाइएन भने अर्को छोराबाट त पाइएला ! यो कामबाट सफलता मिलेन भने अर्को कामबाट पाइएला ! तिमी सधैं वरपरका चीजहरूलाई बदलिरहन्छौ । यो घरमा सुख पाइएन भने अर्को घरमा पाइएला ! यो दराज सानो भयो, अलिकति ठूलो भएको भए सबै ठीक हुन्थ्यो । तिमी केही न केही बदलिरहन्छौ–पर्दा फेरिरहन्छौ । तर तिम्रो भित्रको कथा भने उही छ; उही कथा प्रोजेक्ट हुन्छ पर्दामा ।

हरेक ठाउँमा तिमीले दुःख मात्र पाउँछौ । अनुभव दुःखको छ तर आशा सुखको छ- यी हुन् दुई नाउहरू । तिमीहरू बुद्ध, महावीर, कृष्णका कुराहरू सुन्छौ, उनीहरू आफ्नै अनुभवका कुरा बताइरहेका हुन्छन् । उनीहरूले भनिरहेका छन्, बाहिर आऊ आशाको नाउदेखि, अनुभवको नाउमा यात्रा गर । तिमी सुन्छौ पनि उनीहरूका कुरा, किनभने तिमी उनीहरूको कुरालाई इन्कार गर्न सक्दैनौ । उनीहरूलाई देखेर तिमीलाई भरोसा हुन्छ र आफूलाई भन्छौ, जुन चीज मैले पाइन, लाग्छ उनीहरूले पाएका छन्; किनभने उनीहरूको दौड सकिएको छ । तर त्यसको भरोसा तिमीमा पूरापूर पनि हुँदैन, किनभने पत्तो छैन धोका दिइराखेका छन् कि ! कसले जान्ने, न त्यत्तिकै भनेका हुन् कि ! कसले जान्ने, यिनीहरूले पाएको भए, म पनि पाउँछु ! यिनीहरू भन्छन्, अङ्गुर अमिलो छ । हुन सक्छ पुग्न नसकेका हुन् अङ्गुरसम्म । म पुगूँ कि !

आशा छुट्दैन । अनुभव एकदमै गलत छ भन्न पनि कठिन छ । यसरी तिमी द्वन्द्वमा छौ । यो द्वन्द्व तिम्रो विक्षिप्तता हो । यी दुवै नाउहरू अलग-अलग दिशाको यात्रामा छन् । तिमी एउटामा मात्र चढ । कुनै हतार छैन, तिमी संसारको नाउमा पूरा भर परेर यात्रा गर । छिटै तिमी अघाउने छौ । बुद्धको नाउमा तिम्रो खुट्टो छ, यसले

तिमीलाई संसारको पनि पूरा अनुभव हुन दिँदैन । यहाँ पनि तिमी आधा-आधा जान्छौ; किनभने बुद्धबारेको सोचले तिम्रो आधा खुट्टोलाई समातेको छ । तिमी मन्दिर पनि सम्हाल्छौ, व्यवसाय पनि सम्हाल्छौ । न व्यवसाय सम्हालिएको छ, न मन्दिरै ।

यी दुवैलाई सँगसँगै सम्हाल्न सकिंदैन । तिमी पूरै मनले व्यवसायमा लाग । बिर्स, कुनै बेला बुद्ध थिए, कुनै महावीर, कुनै कृष्ण भए, शिव भए । बिर्स ! यी कुनै शास्त्र हुन्, सबै बिर्स ! बस् खाता-बही सबै चीज छन् । एकपटक तिमी पूरै त्यहाँ लाग, चाँडै नै तिमी त्यहाँबाट बाहिर निस्कनेछौ । तिम्रो अनुभवले नै तिमीलाई भन्ने छ, यी सबै व्यर्थ छन् ।

बुद्धको नाउमा तिमी पूरापूर सवार हुन सक्दैनौ; किनभने तिम्रो मनले भन्छः अहिले हतार नगर अझै धेरै समय छ ! अहिले उमेर नै के बितेको छ र ? यो त बुढ्यौलीको कुरा हो । मर्न लाग्छौ र एउटा खुट्टो चिहानतिर जाला, तब तिमी दोस्रो खुट्टो बुद्धको नाउमा राख्नू ! अहिल्यै किन हतार गर्ने !

मान्छेहरू सोच्छन्, धर्म भनेको त बुढ्यौलीका लागि हो । मर्ने बेलामा उनीहरूलाई गंगा-जलको आवश्यकता पर्छ । बिल्कुलै मर्ने बेला हुन्छ, कसैले उसको कानमा नमोकार मन्त्र दोहऱ्याइ देला । मर्ने बेलामा सबै व्यर्थ भएर गए र कत्ति पनि ऊर्जा बाँकी रहेन, कुनै शक्ति रहेन यात्राका लागि, तब तिमी यात्राका लागि तयार हुन सक्छौ ? सक्दैनौ, तिमी खस्नेछौ फिर्ता फेरि संसारमा ! फेरि तिमी त्यस्तै नाउमा सवार हुनेछौ, जसरी पहिले भएका थियौ ! यस्तो काम तिमीले अनन्त पटक गरिसकेका छौ ।

'आत्मा नर्तक हो । अन्तरात्मा रङ्गमञ्च हो ।'

ध्यान राख, तिमीले बाहिर जे जे देख्छौ, ती कुराहरू तिमीले आफूभित्रबाटै बाहिर ल्याएका हौ । तिमी जीवनमा त्यही देख्छौ, जे तिमीले बाहिर फ्याँकेका हुन्छौ । तिम्रो जीवनमा कैयौं मौका आउँछन् ।

मैले सुनेको कहानी हो, एउटा धर्मशालामा तीनजना यात्रीको भेट भएछ । एकजना बुढो थियो साठी वर्षको, अर्को त्यस्तै पैंतालीस वर्षजतिको अधबैंसे थियो र तेस्रोचाहिँ त्यस्तै तीस वर्षजतिको युवक

थियो । तीनैजनाबीच कुराकानी शुरू भयो । युवकले भन्यो, हिजो राती एउटी यस्ती स्त्रीसँग मैले रात बिताएँ, तीभन्दा सुन्दर स्त्री संसारमै अर्की छैन । जुन सुख मैले पाएँ, अवर्णनीय छ ।

पैंतालीस वर्षको मान्छेले भन्यो, धाक लगाउनुपर्दैन ! कैयौं स्त्रीलाई मैले देखेको छु । ती सबै अवर्णनीय सुख दिने लाग्छन्, तर कुनै पनि अवर्णनीय हुँदैनन्, सुख पनि दिने खाले हुँदैनन् । सुख त मैले पाएँ हिजो राति । म राज-भोजनमा आमन्त्रित थिएँ । त्यस्तो स्वादिलो भोजन कहिल्यै जीवनमा थाहा थिएन ।

बुढो मान्छेले भन्यो, यो पनि बकमफुसे कुरा नै हो । वास्तविक कुरा सुन्न चाहन्छौ भने मसँग सोध । आज बिहान यस्तो पखाला लाग्यो, पेट यति धेरै सफा भयो, यस्तो आनन्द आयो मैले कहिल्यै थाहा पाएको थिइन, अवर्णनीय !

संसारका सबै सुख यस्तै हुन् । उमेरसँगै बदलिइरहन्छन्; तर तिमीले बिर्सिहाल्छौ ।

तीस वर्षको उमेरमा कामवासनाले मात्र सुख दिन्छ भन्ने लाग्छ । पैंतालीसको उमेरमा भोजनले बढी सुख दिन्छजस्तो लाग्छ । प्रायः चालीस-पैंतालीसतिर मान्छेहरू मोटो हुन थाल्छन् । साठी वर्षतिर भोजनमा त्यस्तो रस लाग्दैन, केवल पेट राम्रोसँग सफा होस् भन्ने चाहना हुन्छ र पेट सफा भयो भने समाधिकै सुख प्राप्त हुन्छ, त्यो आनन्द अरू कुनै चीजले दिंदैन । तीनैजनाको भनाइ ठीक छन्, किनभने संसारको सुख ठीक यस्तै छ । यस्तै सुखका लागि हामीले कैयौं जीवन व्यर्थ गुमाएका छौ ! र यी सुख प्राप्त भइहाल्यो भने पनि वास्तविक पाउँने चाहिँ केही पनि होइन । के पाइन्छ ?

'अन्तरात्मा रङ्गमञ्च हो ।'

बाहिर तिमीले त्यही चीज देख्छौ जुन तिमीले भित्र राखेका छौ । युवकको आँखाबाट बासना बाहिर जान्छ । उसको सारा शरीर बासनाका तत्वहरूले भरिएको हुन्छ । उसले जहाँजहाँ हेर्छ, त्यहाँ स्त्री देखिन्छे । सबैतिर उसलाई कामवासनाले जकड्छ ।

मुल्ला नसरूद्दीन युवा थिए । पत्नीसँगै चित्र प्रर्दशनी हेर्न गए । नयाँ-नयाँ बिहे भएकोले ठाउँ-ठाउँ घुमफिर गर्ने सोच थियो । प्रदर्शनीमा साह्रै मूल्यवान् चित्रहरू थिए । एउटा चित्रको नजिक पुगेर

नसरूद्दीन रोकिए र उनी निकैबेरसम्म त्यहीँ उभिरहे । पत्नी पनि सँगै छिन् भन्ने कुरा उनले बिर्से । चित्र नग्न स्त्रीको थियो- अति सुन्दर ! नाङ्गो, बस् दुई-चार पातले ढाकछोप गरेझैं थियो । चित्रको नाम थियोः वसन्त । उनी बेहोसझैं भएर उभिएका थिए । पत्नीले उनको हात झट्कारिन् र भनिन्, पतझडको प्रतिक्षा गर्दैछौ कि ?

यस्तै छ मान्छेको मन । पत्नीले राम्रैसँग ठम्याइन् । पत्नीहरू प्रायः ठीक ठम्याउँछन् ।

जुन चीजले तिमीलाई भित्रभित्रै धक्का दिइरहेको छ, त्यही चीज तिम्रो चारैतिरको संसार बन्छ; तिमी त्यसैमा रङ्गिन पुग्छौ । हामीसँग एक यस्तो शब्द छ मूल्यवान् शब्द, दुनियाँको कुनै पनि भाषामा यस प्रकारको शब्द खोज्न कठिन छ– त्यो हो राग । रागको अर्थ आसक्ति पनि हुन्छ, रागको अर्थ रङ्ग पनि हुन्छ । तिम्रा सबै आसक्ति, तिम्रा आँखाले फ्याँकेका रङ्गका परिणामहरू हुन् । तिमी रङ्गाउँछौ चीजबीजहरूलाई । जसलाई तिमी रङ्गाउँछौ, त्यही रागले तिमीलाई जकड्छ । रागको अर्थ होः तिमीले रङ्ग्यायौ ।

स्त्री सुन्दर हुँदैनन्; तिमीभित्र कामवासनाको रङ्ग हुन्छ, त्यसैले तिमीलाई स्त्री सुन्दर लाग्छिन् । सानो बच्चोलाई यस विषयमा कुनै चिन्ता हुँदैन; ऊभित्र अहिलेसम्म कामवासनाको रङ्ग जमेको छैन । बूढो मानिसको रङ्ग उडिसक्यो । वृद्ध मानिस तिम्रो मूर्खतामा हाँस्छ; भलै यही मूर्खता उसले पनि गरेको थियो । तिमी पनि हाँस्ने छौ । मूर्ख्याइँ गर्ने बेला जसले थाहा पायो र बुझ्यो, ऊ जाग्न पुग्छ । जब मूर्ख्याइँको रङ्ग उडेर जान्छ, हाँस्नुको कुनै अर्थ रहँदैन । तब जो कोही पनि हाँस्छ । जब मूर्ख्याइँले तिमीलाई अठ्याउँछ र रङ्ग प्रबल हुन्छ, तब तिमी जाग्रत होऊ र सबै भित्रका खेल बाहिर देखापरिरहेका छन्; बाहिर केही पनि छैन; खाली पर्दा छ भनेर बुझ । अन्तरात्मा नै रङ्गमञ्च हो, त्यही प्रोजेक्टर हो, त्यहींबाटै हामीले सबैतिर विस्तार गरिरहेका हुन्छौं ।

बुद्धिको वशमा हुनुले सत्वको सिद्धि हुन्छ ।'

यो खेल चलिरहेको छ, जबसम्म बुद्धि वशमा हुँदैन तबसम्म चलिरहला र तिमी यसमा भट्किरहनेछौ, । बुद्धि वशमा हुनुले सत्वको सिद्धि हुन पुग्छ । जब तिमीलाई यो सम्पूर्ण खेल आफूभित्रबाट चलिरहेको छ भन्ने स्मरण हुन्छ, संसारलाई वशमा राख्ने चिन्ता

तिमीले चटक्कै छोडिदिनेछौ; त्यो कहिल्यै कसैको वशमा भएन। त्यहाँ केही पनि छैन। त्यहाँ त केवल पर्दा हुन्छ। तिमी आफ्नो बुद्धिलाई वशमा गर, अनि संसार तिम्रो वशमा हुन्छ। जब तिमीलाई स्मरणमा आउँछ, जुन खेललाई म देखिरहेको छु, त्यसको निर्माता म स्वयं हुँ, अभिनेता म आफैं हुँ, कथा लेखक मै हुँ, सबै मै हुँ, मञ्च पनि मै हुँ, यसपछि तिमी बाहिरको परिवर्तनमा उत्सुक रहँदैनौ। तब तिमी भित्रको मालिकपनलाई पाउनेमा तिम्रो मन लाग्छन्। त्यो हो बुद्धिको मालिकपन।

तिमी आफ्नो बुद्धिको मालिक होइनौ। तिम्रो विचार तिम्रो दास होइन। तिमी आफ्नो विचारको दास हौ। तिनीहरूले तिमीलाई जहाँ लैजान्छन्, त्यहीँ तिमी जान्छौ; तिमी तिनीहरूलाई जहाँ लैजान चाहन्छौ, तिनीहरू जाँदैनन्। तिमी अहिले एउटा सानो विचारलाई मोड्ने कोसिस गरिहेर, तिनीहरूले अस्वीकार गरेको तिमी अनुभव गर्नेछौ। एउटा सानो विचारलाई भन, शान्त बन। त्यसले तिमी विरूद्ध विद्रोह गरिदिन्छ। तिमी फेरि कहिल्यै पनि त्यसतर्फ ध्यानै दिँदैनौ; किनभने यसतर्फ ध्यान दिनु निकै पीडादायक हुन्छ, म आफ्नो मालिक हैन भन्ने कुरामा कसरी चित्त बुझाउनू ? तर दुनियाँकै मालिक हुने कोसिसमा तिमी लागिरहन्छौ। जो आफ्नै मालिक हैन, ऊ कसरी कुनै अरूको मालिक हुन पाउला ?

आफ्नो मनलाई चिन; त्यसको निरीक्षण गर। पहिलो बुझ्नुपर्ने कुरा के छ भने तिम्रो मालिक त मन भएको छ, आत्मा हैन, तिमी होइनौ। मनले भन्छ, यो गर। तिमीले त्यही गर्नुपर्ने हुन्छ। गरेनौ भने मनले झन्झट उत्पन्न गरिदिन्छ। नगरे मन उदास हुन्छ; मनको उदासी तिम्रो आफ्नो उदासी बन्छ। माने पनि तिमीलाई केही उल्लेख्य कुरा प्राप्त हुँदैन; किनभने मन अन्धो छ। त्यसको आदेश मानेर तिमी पुगौला कहाँ ! मन मूर्च्छा हो; ऊ बेहोश छ। त्यसको आज्ञा मानेर तिमी कहीँ पुग्ने छैनौ।

तिमीले सुनेका छौ नि, अन्धोले अन्धोलाई पछ्यायो भने दुवै खाल्टोमा खस्छन्। तर यही काम यहाँ प्रत्येकले गरिरहेका छन्। तिम्रो मन निस्पट्ट अन्धो छ, त्यसलाई केही ज्ञान थाहा छैन। तिमी भने त्यस्तो मनलाई पछ्याउँछौ ! जसरी छायाँले तिम्रो शरीरलाई पछ्याउँछ, तिमी मनलाई त्यसरी नै पछ्याउँछौ। तिमीले आफू

मालिक भएको कुरा बिर्सिसक्यौ ! दाससँग धेरै दिनदेखि सङ्गत गर्दा, हाँसखेल गर्दा आफ्नो परिचय बिर्सिएको हो । बिस्तारै-बिस्तारै दास मालिक हुन पुग्यो ! किनभने जति तिमी त्यसमा निर्भर हुन्छौ, उति नै त्यसको मालिकपन सिद्ध हुन्छ । सम्पूर्ण साधनाको एउटै अर्थ हो- मनको मालिपनलाई चकनाचूर पार ।

के गर्ने मनको मालिकपनलाई चकनाचूर पार्न ?

पहिलो कुरा के हो भने, मनको मालिकपनलाई धुजाधुजा पार्नुछ भने, मनसँगको हिमचिम समाप्त गर । मनमा विचार उठ्छ; तिमी त्यो विचारबाट छुट्टै बस, सहमत नबन । तिमी मनसँग एक भइदियौ भने मनले बल पाउँछ । तिमी टाढै बस्नू । तिमी हेरिरहनू मात्र जसरी बाटो काट्दै गरिरहेका बटुवाहरूलाई तिमी बाटो छेऊ उभिएर हेरिरहन्छौ । तिमी यसरी हेरिरहनू जसरी आकाशमा बादल रूमल्लिरहेका छन् र तिमी टाढा जमीनमा उभिएर हेरिरहेका छौ । आफूलाई नजोड् ती मनका विचारहरूसँग । यो मेरो विचार हो नभन्नू । तिमीले मेरो विचार भन्यौ कि तिमी त्योसँग जोडियौ; जोडियौ कि तिम्रो शक्ति विचारतिर पुगिहाल्छ । त्यही शक्तिले तिमीलाई मनको दास बनाउँछ । वास्तवमा त्यो शक्ति तिम्रै हो । तिमी जोडिन नजानू । जसै-जसै तिमी टाढा हुन्छौ, भिन्न हुन्छौ, अलग हुन्छौ, विचारहरू पनि निर्जीव हुन पुग्छन्, निर्वीर्य भएर जान्छन् । अनि त्यसले ऊर्जा नै पाउँदैन ।

तिम्रो गाह्रो अप्ठेरो के हो भने तिमी बत्ती निभाउन चाहन्छौ, तर तेलचाहिँ थपिरहन्छौ । यता तिमी फुक्छौ, उता तेल पनि हाल्छौ । तेल हाल्न छोड- पहिलो शर्त । पहिले हालेको तेल धेरैबेर टिक्दैन; तेल हाल्न बन्द गर, पहिलो कुरा ।

के हो तेल ? जब कुनै विचारले तिमीलाई जकड्छ- जस्तै क्रोधले, तिमी त्यही क्षण क्रोधसँगै एक भइदिन्छौ । तिमी भन्छौ, म क्रोधित भएँ । अब सत्य के हो भने तिमी क्रोधसँग यतिविधि एक भयौ तिम्रो पूरा शक्ति क्रोधले प्राप्त गर्‍यो । तिमी छायाँ भयौ, ऊ मालिक भयो । रिस उठ्दा तिमी टाढा बसेर हेर । उठ्न देऊ क्रोधलाई, फैलिनदेऊ त्यसलाई शरीरमा, धुवाँले झैं तिमीलाई त्यसले चारैतिरबाट घेरा हाल्ला । तिमीले एउटा मात्रै कुरा स्मरणमा राख, तिमी क्रोध होइनौ । हतार नगर काममा परिणाम पाउने । किनभने

काममा ओर्लिएपछि फर्किन मुश्किल हुन्छ । तिमी क्रोधलाई हेर । र एउटा कुरा ध्यान देऊ जसले गर्दा क्रोध उत्पन्न भयो, जसले तिम्रो अपमान गऱ्यो, त्यो मानिसलाई उत्तर दिनु नै छ भने क्रोध शान्त भएपछि दिनू, त्योभन्दा पहिले उत्तर दिनु हुन्न ।

यसको पालना गर्न कठिन हुनेछ शुरू-शुरूमा, किनभने बडो धैर्य गर्नुपर्छ, तर बिस्तारै-बिस्तारै सरल हुन्छ । मुख बन्द गर अहिले-दिऊ उत्तर, जब क्रोध शान्त होला । र यो ठीक पनि छ; किनभने शान्त क्षणमा नै उत्तर समुचित हुन्छ । क्रोधको क्षणमा उत्तर समुचित कसरी हुन्छ ? नशा चढेको बेला कसैले उत्तर दिन कस्सियो भने के होला ?

कामवासनाले मनलाई जकड्यो भने त्यसलाई टाढैबाट हेर । त्योसँग अन्तर बनाइराख । तिमी र तिम्रो विचारका बीच अन्तर जति बढी हुन्छ, जति डिस्टेन्स, जति दूरी हुन्छ, त्यत्ति नै तिम्रो मालिकपन सिद्ध हुन्छ । तिमी त्योसँग यतिविधि जोडिएर उभिएका छौ, तिमीले दुईका बीच केही खाली ठाउँ छ भनेर बिर्सिइहाल्यौ ।

यो अभ्यास आजैबाट शुरूगर । चाँडै परिणाम आउँदैन; किनभने जन्मौं-जन्मको निकटता छ । एकै दिनमा विच्छेद गर्न पनि त सकिंदैन । बडो पुरानो सम्बन्ध छ, विच्छेद गर्न समय लाग्छ । तिमीले थोरै मात्रै चेष्टा गरेमा विच्छेद हुन सक्छ । किनभने सम्बन्ध भ्रूटो छ । सत्य हुन्थ्यो त विच्छेद हुँदैनथ्यो । भ्रूटो छ; कल्पना मात्र हो । एकै हुँ भन्ने सोचले नै भन्भटमा पारिदिन्छ ।

भोक लाग्यो भने मलाई भोक लागेको छ नभन; यति मात्रै भन शरीरलाई भोक लागेको छ । सत्य पनि यही हो । तिमी हेर्ने साक्षी मात्र हौ । भोक शरीरलाई लागेको हो । चेतनालाई कहिल्यै भोक लाग्न सक्तैन । शरीरमा भोजन जान्छ । शरीरलाई नै रगत-मासुको जरूरत पर्छ थकान पनि हुन्छ । शरीर नै थाक्छ, चेतना कहिल्यै थाक्दैन । चेतना त यस्तो दियो हो, विनासलेदो र विनातेल पनि बल्छ । त्यहाँ कुनै भोजन, न कुनै ईन्धन जरूरी छ, न कहिल्यै त्यसको चाह छ ।

शरीरका लागि इन्धन चाहिन्छ, भोजन चाहिंन्छ, पानी चाहिंन्छ । शरीर यन्त्र हो; आत्मा यन्त्र होइन । भोक लाग्यो, शरीरलाई भोजन देऊ । बस् यत्ति कुरास्मरणमा राख शरीरलाई भोक लागेको छ,

तिमी हेरिरहेका छौ । तिर्खा लाग्यो, पानी देऊ । जरूरी छ दिन । यन्त्रलाई दिनु पर्छ । पागल मान्छेले मात्र यसो भन्छ- म यो शरीर हैन, त्यसैले पानी दिन्न ।

कार गुडाउँदैछौ अनि पेट्रोल हाल्दैनौ भने के होला ? फेरि यो गुड्ने छैन । गुडाउने कोसिसमा लाग र पेट्रोल चाहिँ नहाल ! बस यति नै पर्याप्त छ, कारसँग एकै नबन । मालिक बन । कारको आवश्यकतालाई पूरा गर ।

शरीरको आवश्यकता पूरा गर्नैपर्छ किनभने यो यन्त्र हो । यसको उपयोग गर्नुपर्छ । उपयोग ठूलो हो; किनभने दुःखतिर लैजानुमा त्यही सिँढीको हात छ र आनन्दमा लैजाने पनि त्यही सिँढी हो । शरीर एउटा सिँढी हो । सिँढीको एक किनारा जमीनमा टेकिएको हुन्छ, अर्को किनारा आकाशमा हुन्छ । तिमी त्यसैबाट तल ओर्लिन सक्छौ; तिमी त्यसैबाट माथि उक्लिन सक्छौ । शरीरकै माध्यमबाट तिमी नर्कसम्म आएका छौ; शरीरकै माध्यमबाट स्वर्गसम्म पुग्न सक्छौ । शरीरकै माध्यमबाट नै तिमी मोक्षसम्म पनि जान सकौला । त्यो माध्यम हो । यसलाई सम्हालेर राख्नुछ । यसका जरूरतहरू पूरा गर्नुछ । तर माध्यमसँगै एक हुनुपर्नुको कुनै कारण छैन । यन्त्रलाई यन्त्र नै हुन देऊ । कलमबाट तिमी लेख्छौ, तर तिमी कलम होइनौ । गोडाबाट तिमी हिँड्छौ, तर तिमी गोडा होइनौ ।

शरीर यन्त्र हो; त्यसलाई जतन गर । यो मूल्यवान् यन्त्र हो; यसलाई खराब नपार । दुई किसिमका खराब गर्ने मान्छेहरू हुन्छन् । एउटाले भोगमा त्यसलाई खराब गरिदिन्छन् र दोस्रोले त्यसलाई त्याग गरेर खराब पारिदिन्छन् । दुवै शत्रु हुन् र दुवै अज्ञानी अबुझ हुन् । कसैले वेश्याको कोठीमा गएर यसलाई खराब पार्छन्, कसैले धेरै खाई-खाईकन खराब पार्छन् । अर्कोले उपवास गरी-गरी खराब गरिदिन्छ । कि त तिमीले यति धेरै पेट्रोल भरिदिन्छौ भित्र अटाउने ठाउँ नै रहँदैन र कि त यति थोरै हाल्छौ थोपाथोपा । बस दुईटा अतिमा तिमी हिँड्छौ । जति आवश्यकता छ, त्यति नै देऊ । नोकरकै पनि चिन्ता त लिइदिनुपर्छ । त्यसको पनि विचार राखिदिनुपर्छ । तिमीले चिन्ता लिंदैमा कुनै नोकर मालिक बन्ने होइन ।

'बुद्धि वशमा हुँदा सत्वको सिद्धि हुन्छ ।'

जब तिम्रो बुद्धि वशमा आउँदै गर्छ, तिमी साक्षी हुँदै जानेछौ, तिमी पाउनेछौ भित्रको सत्व, जुन तिम्रो आत्मा हो, जुन तिम्रो वास्तविक अस्तित्व हो, त्यो सिद्ध हुन लाग्यो । बुद्धि भ्रष्ट हुँदा संसार; बुद्धि वशमा हुँदा आत्मा । बुद्धि मालिक भएमा संसार; बुद्धि दास होओस् त परमात्मा ।

बुद्धि सिँढी हो । त्यसबाट तल झर्नु अनिवार्य छैन; त्यसबाट तिमी माथि पनि जानसक्छौ । माथि त केवल मालिक जान सक्छ । दास तल, अरू तल, अझै तल झरेर जान्छ । बुद्धिको दासत्व डरलाग्दो हुन्छ; किनभने त्यो एउटाको दासत्व मात्रै होइन । बुद्धि त भीड पनि हो । पहिले भन्छ क्रोध देखाऊ; एकैछिनपछि भन्छ, पश्चाताप गर । एउटा विचारले भन्छ, संसारको भोग गर; दोस्रो विचारले भन्छ; जाऊ, खोज मोक्ष । एउटा विचारले भन्छ, धन सोहोर, चोरी नै गर्न परे पनि ठीकै छ । दोस्रो विचारले भन्छ, यो पाप हो । यस्ता अनन्त विचारहरू आउँछन् । बुद्धि ती अनन्त विचारहरूको सन्धिस्थल हो ।

बुद्धिमा एउटै मात्र विचार भएको भए जीवनमा शान्ति हुन सक्थ्यो; तर त्यसो नभएर त्यो त भीड हो, त्यो त बजार हो । बुद्धिको अवस्था यस्तो छ, जस्तो कि स्कुल छ, क्लास चलिरहेको छ, शिक्षक छन् र बच्चाहरू बसेर पढ्दै छन्, सबै शान्त छ ।

शिक्षक बाहिर गए भने कक्षामा उपद्रो हुन्छ । मारपिट शुरू हुने नै भयो ! शुरू भयो नै ! किताब फ्याँकाफ्याँक भइरहेको छ । स्लेट फोराफोर भइरहेको छ । टेबुल ढालिदिएका छन् । कालो पाटीमा के-के अनेक लेखिएका छन् । गाली-गलौज गरिरहेका छन् । अहिले यी बच्चालाई नियन्त्रण गर्ने कुनै मालिक छैनन्, यिनीहरूलाई सावधान गराउने कोही छैनन् ।

शिक्षक भित्र कोठामा फर्किएर आउँछन् । फेरि सबै एकदमै अनुसाशित ! व्यवस्थित । किताबकापीहरू आफ्नै ठाउँमा आइपुगे । बच्चाहरूका आँखा तल निहुरिए । उनीहरू आ-आफ्ना काममा लागे ।

तिम्रो मालिकपन तिमी भित्र आएपछि, बुद्धि चुपचाप लागेर आफ्नो काममा लाग्न थाल्छ । जब तिम्रो मालिकपन हराएर जान्छ,

बुद्धिले उपद्रो गर्छ, त्यो अराजक छ। यो अराजकतालाई स्वीकारेर हिँड्न कठिन हुन्छ; किनभने यसले कहीँ पनि लैजान सक्दैन। यहाँ एउटै मात्र स्वर कहाँ छ र, यहाँ त अनन्त स्वर छन्।

महावीरको वचन छ, मनुष्य बहुचित्तवान् छ। त्यहाँ एउटै मात्रै चित्त छैन, धेरै चित्त छन्। महावीरको यो वचनलाई आधुनिक मनोविज्ञानले समर्थन दिन्छ। आधुनिक मनोविज्ञान भन्छ, मनुष्य पोलीसाइकिक छ अर्थात् बहुचित्तवान् छ। एउटा मात्र मन छैन तिमीभित्र; अनन्त मन छन्। एउटा नोकरको अनन्त मालिक भएमा सबैले आज्ञा दिइरहेका हुन्छन् र नोकर बहुलाउन थाल्छ- कसको मान्ने, कसको नमान्ने ! यसरी नै तिमी बहुलाएका छौ।

एउटालाई खोज, ताकि शिक्षक कक्षामा फर्केर आऊन्। एउटालाई खोज, ताकि नोकरहरू आ-आफ्ना ठाउँमा बसून्। एउटा मात्र मालिक भएमा तिम्रो जीवनको दिशा स्पष्ट हुन्छ, सत्वको सिद्धि हुनेछ। तिमी आफूलाई चिन्न सक्नेछौ।

'र यसबाट, यो सत्वको सिद्धिबाट, सहज स्वतन्त्रता फलित हुन सक्छ।'

अहिलेसम्म तिमी बुद्धिलाई मालिक बनाएर बसेका छौ, तिमी नोकरको स्थितिमा छौ। सत्वको सिद्धि हुने बित्तिकै, सहज स्वतन्त्रता फलित हुनेछ।

सहज स्वतन्त्रता भनेको के हो, यो बुझ्न जरूरी छ। स्वतन्त्रता भनेर पुग्दैन र ? सहज किन थपियो ?

यसमा केही सूक्ष्म कुरा छन्। दुई किसिमका स्वतन्त्रताहरू हुन्छन्। पहिलो, स्वतन्त्रता त हुन्छ तर त्यो कसैको विरूद्धमा हुन्छ। स्वतन्त्रता कसै विरूद्ध जान्छ भने त्यो स्वच्छन्दता हुन्छ। त्यो वास्तविक स्वतन्त्रता होइन। यो अवस्थामा तिमी विपरीत दिशातिर हिँड्न थाल्छौ। बुद्धिले भन्छ, क्रोध गर। तिमी उल्टोतिर हिंडन थाल्यौ र बुद्धिले क्रोध गर भन्यो भने पनि तिमी भन्छौ म क्रोध गर्दिन, म क्षमा गर्छु। बुद्धिले भन्छ, मार यसलाई; तिमी भन्छौ, म मार्दिन, आफ्नो गर्धन त्यसको अगाडि तेर्स्याइदिन्छु मलाई नै मार। बुद्धिले जे भन्छ त्यसको विपरीत हामी गर्ने गर्छौं। जस्तो आम साधुहरू यसै गर्छन्। बुद्धिले भन्छ, हिँड स्त्रीको खोजी गर; तर

साधुहरू जङ्गलतिर भाग्छन् । बुद्धिले भन्छ, हिँड धन खोज; साधुहरू धनलाई छुँदैनन्; धनलाई छुनु भनेको सर्प-बिच्छीलाई छुनुजस्तै हो भन्छन् । बुद्धिले भन्छ, आराम गर, विश्राम गर; साधुहरू अटेर गरेर घाममा उभिन्छन्, काँढाको ओछ्यानमा सुत्छन्, गर्मीमा आगो अगाडि बस्छन् । यो साँचो स्वतन्त्रता हैन; किनभने तिमी कसैको विपरीत गइरहेका छौ, तिमीले अझै पनि उसको कुरालाई सुनिरहेका छौ । मालिक ऊ अझै पनि छँदैछ, किनभने ऊ अझै पनि आदेश दिँदैछ ।

यसलाई राम्ररी बुझ; यो बुझ्न अलि जटिल छ । किनभने तिम्रो लडाइँ जारी छ । तिमी मालिक भइसकेका हुन्थ्यौ त लडाइँ पनि सकिएकै हुन्थ्यो । दास आखिर दासै हो, त्योसँग के झगडा गर्नू ?

एकछिन सम्झ, तिम्रो घरमा नोकर छ र अहिले ऊ मालिक बनिसक्यो । त्यसले तिमीलाई भन्छ, तल बस । तिमी तल बसिदिन्छौ । तिमीलाई भन्छ, उठ् । तिमी उठिदिन्छौ । तिमीले निश्चय गऱ्यौ त्यो नोकरको आदेश विपरीत हिंड्ने, तब पनि ऊ तिम्रो मालिकै रहन्छ । नोकरले भन्छ, बस । तिमी उठिदिन्छौ । मान्यता त तिमी त्यसको म नोकर होइन भन्ने, तर फेरि पनि तिमीले नोकरको आदेशलाई जवाफ दिइरहेका छौ; किनभने त्यसैले तिमीलाई गतिमान् तुल्याएको छ । नोकर अलिकति मात्रै पनि होशियार बन्यो भने नोकर तिमीलाई बसाउन चाहन्छ भने उसले तिमीलाई उठने आदेश दिन्छ । त तिमी बसिदियौ । उसको योजना पूरा हुन्छ, तिमी उम्किन सक्दैनौ ।

मुल्ला नसरूद्दीनको छोरोले साह्रै नै उपद्रो गरिहेको थियो । नसरूद्दीनले उसलाई धेरैपटक चुप लागेर बस भने ! ऊ अझै कराउन थाल्यो, 'बाहिर जा !' यति भनेपछि ऊ भित्र आउँथ्यो । छोराले भनेको नटेरेकोले नसरूद्दीन हैरानै भए । घरमा पाहुना आएका थिए । स्वाभाविकै हो, पाहुनाहरूका अगाडि बच्चाहरू बढी उपद्रो गर्छन्; किनभने पाहुनाहरूका सामु उनीहरूलाई को चाहिँ खास मालिक हो- बाउ कि छोरो, तिमी कि म भनेर सिद्ध गराउनु छ । बच्चाहरू साधारणतया होहल्ला गर्दैनन्, आफ्नै धूनमा लागिराख्छन् । घरमा पाहुना आए कि हैरानी शुरू भइहाल्छ; किनभने सवाल छ सङ्घर्षको, पहिचानको, अहंकारको । देखाउनु छ कुनचाहिँ मालिक हो ! पाहुनाहरूलाई देखेर बच्चाहरू अरू उपद्रो मच्चाउँछन् ।

आखिर मुल्ला नसरूद्दीले भने, 'हेर् ! तेरो विचारमा जे आउँछ त्यही गर् । अब म हेर्छु, तँ मेरो आज्ञाको उल्लङ्घन कसरी गर्दो रैछस् ! यसबाट बच्चो अवश्य मुश्किलमा पऱ्यो होला ।

तिमी मन विपरीत गयौ भने सहज स्वतन्त्रता फलित हुने छैन । एक प्रकारको स्वतन्त्रता फलित हुन सक्छ, त्यो स्वतन्त्रता हैन, बरू विद्रोह हो, क्रान्ति हो । तर जो विरूद्ध हामीले विद्रोह गर्छौं, त्योसँगै हामी बाँधिइरहन्छौं । जोसँग हामी विद्रोह गर्छौ, त्योसँग हाम्रो सम्बन्ध जोडिइराख्छ । तिमी मालिक अहिले पनि होइनौ । अहिले पनि इसारा त्यहीँबाट आउँछ । अहिले हामी त्यो अदेश विपरीत गर्छौं; तर इसारा त्यहीँबाट आउँछ ।

तिमीले ब्रह्मचर्य साधे पनि त्यसबाट कुनै फरक पर्दैन; तिम्रो ब्रह्मचर्य केवल विद्रोह हो, त्यो सहज होइन । मनले मागिरहेको थियो कामवासना तर तिमीले भन्यौ म त्यो विरूद्ध लड्छु । यो लडाइँ हो । नोकरसँग पनि कसैले लडाइँ गर्छ ? र जसले नोकरसँग लडाइँ गर्छ, त्यसले अहिले पनि नोकरलाई मालिक मानिरहेको छ । लडाइँ मालिकविरूद्ध हुन्छ । नोकरसँग लडाइँको प्रश्न नै उठ्दैन ! त्यसैले तिम्रा साधुहरू तिमीभन्दा विपरीत भए पनि उनीहरू तिमीभन्दा भिन्नै छैनन् । तिम्रा साधुहरू तिमीभन्दा उल्टो गइरहेका छन्, तर जहाँसम्म मनको मालिकपनको कुरा छ, त्यसमा रत्तीभर फरक छैन ।

सहज स्वतन्त्रता बिल्कुलै फरक कुरा हो । सहज स्वतन्त्रताको अर्थ के हो भने 'म मालिक हुँ, त्यसैले अब मनको मान्नु या नमान्नु दुवै सवाल हैनन् । मनको पक्षमा जानु या विपक्षमा जानु, दुवै सवाल हैनन् । अब म मनलाई आज्ञा दिन्छु अब म आज्ञा मान्दिन । आज्ञा मान्नुका दुई ढङ्ग छन्-मानूँ या विपरीत जाऊँ; तर दुवै ढङ्ग मान्नु नै हुन् ।'

जब बुद्धि मालिक बन्छ, त्यसको मालिकपन दुई किसिमको हुन सक्छ- नकारात्मक र विधायक । तिमीले चाह्यौ भने तिमी गृहस्थ हुन सक्छौ; तिमीलाई मन लाग्यो भने साधु पनि हुन सक्छौ । तर केही फरक पर्दैन । त्यसैले तिम्रा साधुहरू गृहस्थको उल्टो रूप हुन् अर्थात् शीर्षासनमा छन् । कुनै फरक छैन । साधुहरू गृहस्थभन्दा बढी सकसमा छन्; किनभने खुट्टामा उभिन बढी सजिलो हुन्छ । टाउकोले उभिन निश्चय नै बढी कठिन हुन्छ । नत्र त प्रकृतिले तिमीलाई

टाउकैले उभिने बनाउँथ्यो । तिमीले जे गरिरहेका छौ, साधुहरू त्योभन्दा विपरीत गरिरहेका छन् । तिमी हारिरहेका छौ, उनीहरू त्याग गरिरहेका छन् । तिमी शरीरको सुरक्षा गरिरहेका छौ, उनीहरू शरीरलाई असुरक्षित छोडिरहेका छन् । तिमीले शरीरका लागि सुन्दर ओछ्यान बनाइरहेका छौ, उनीहरू काँढा-झारपात खोजिरहेका छन् । तिमीभन्दा ठीक विपरीत छन् । तिमी भोजनको स्वाद लिइरहेका छौ, उनीहरू उपवास गरिरहेका छन्, अनशन गरिरहेका छन् । तिमी सुन्दर लुगा लगाएर बसेका छौ, उनीहरू नाङ्गै बसेका छन् । यो सहज स्वतन्त्रता होइन । यो स्थिति तनावको हो । यसमा सहजता छैन ।

यसैले यो सूत्रले भन्छ 'बुद्धि वशमा हुनाले सत्वको सिद्धि हुन्छ । धीबशात् सत्वसिद्धिः । यसैबाट सहज स्वतन्त्रता फलित हुन्छ ।'

तब तिमी स्वतन्त्र हौ । तिमी मनतिर हेर्दैनौ । त्यसले के गरिरहेको छ; अब म के गरूँ, र के नगरूँ भन्दैनौ । तिमीले मनतिर हेर्दै हेर्दैनौ । तिम्रो कर्ता भाव सहज भइदिन्छ । अब तिमी मनबाट साँच्चै मुक्त भयौ । तिमी निर्णायक हुन्छौ, मन तिम्रो पछिपछि हिँड्न थाल्छ । तिमी मालिक भएपछि मात्र यस्तो अवस्था आउँछ । मालिकपन घटित होला, जब तिमी साक्षी हुनेछौ ।

मनसँग झगडा नगर, अन्यथा सहज स्वतन्त्रता कहिल्यै प्राप्त हुनेछैन । तिमी मन विरूद्ध गयौ कि तिमीले मनलाई आफू बराबर मान्यौ भनेर बुझ्े हुन्छ । तिमी जोसँग लड्छौ, सम्झ तिमीले त्यसलाई समान अधिकार दिएका छौ । कुनैबेला मित्र थियो, अब शत्रु भयो; तर तिमी मुकदर्शक छौ । मालिक समान हैसियतको हुँदैन । मालिक माथि बस्छ, नोकर भुइँमा बस्छ । मालिक भए मात्रै स्वतन्त्रता पाइन्छ, त्यो सहज हुन्छ । सहज स्वतन्त्रता बडो अनौठो हुन्छ ।

मैले सुनेको छु, एकजना मुसलमान फकीर बायजीद हजको यात्रामा गए । उनले चालीस दिनको उपवास गर्ने तय गरेका थिए । उपवासको पाँचौ दिन उनी एउटा गाउँमा पुगे । लगभग एक सय शिष्यहरू बायजीदसँगै थिए । उनी प्रतिष्ठित ज्ञानी थिए । टाढा-टाढासम्म उनको ख्याति थियो । उनी गाउँमा पुगे । गाउँको बाहिर

सीमामा मान्छेको एक हुल आएर खबर गऱ्यो, 'बायजीद ! तपाईंका एकजना भक्तले हदै गऱ्यो । ऊ गरीब छ । एकदमै गरीब मान्छे । छाप्रोभन्दा अरू ऊसँग अरू केही थिएन । उसले छाप्रो बेच्यो । गाई-भैंसी थिए, बेचिदियो । आफूसँग जेजे थिए, सबै बेच्यो; उसले आज पूरा गाउँलेलाई भोजनका लागि बोलाएको छ, तपाईं आएको खुशीयालीमा, स्वागतमा ।

बायजीद उपवासी थिए । उनलाई चालीस दिनसम्म उपवास बस्नु थियो । वायजीदमा कुनै तनाव थिएन, शिष्यहरू भने ठूलो तनावमा परे । शिष्यहरूलाई थाहा थियो उहाँ भोजन गर्नुहुन्न । आश्चर्य ! बायजीद त गएर बसे थालकै अगाडि । शिष्यहरूलाई उकुसमुकुस भयो । गुरू बसे पछि उनीहरू पनि बसे, तर ग्लानिले भरिएर । उनीहरू भन्न थाले, 'के बायजीदले उपवास बिर्सिनु भयो ? यति छिटै स्मरण हरायो ? कि उहाँ भोजनको रसमा लोभिनुभयो ? उहाँले भोजन अस्वीकार गर्नुपर्थ्यो । हामी चालीस दिनको उपवासमा छौं । जबसम्म हामी हज यात्रा पूरा गरेर फर्कदैनौं, भोजन सम्भव छैन ! त्यहीँ पुगेर मात्र भोजन गर्नुछ । यो कस्तो कुरा ? व्रत लिएको पाँच दिनमै भङ्ग हुने भयो ?

उनीहरूले भीडको अगाडि केही बोल्न सकेनन् । भोजन गरे, तर बडो ग्लानि भईभई गरे, बडो कष्टले गरे । बायजीदलाई देखेर झन व्याकुल भए । उनी त बडो मजासँग भोजन गरिरहेका थिए- उनको अनुहारमा कुनै चिन्ता छैन, कुनै अप्ठेरो छैन ।

राति मान्छे निखिए । मौका पाएर शिष्यहरू गुरूलाई प्रश्न गर्न थाले । उनीहरूले भने, यो त हदै भयो ! हामीले भोजन खान हुँदैनथ्यो; तपाईंले खानुभो, त्यसैले तपाईं सँगसँगै हामीले पनि खानुपऱ्यो ।

बायजीदले सरल भावमा भने, यति धेरै चिन्तित किन हुन्छौ ? ती मानिसले यति प्रेमपूर्वक भोजन बनाएका थिए उपवास भङ्ग गर्नैपर्ने भयो । उसको प्रेमलाई आघात पुऱ्याउनाले अत्यन्त हानि हुन सक्थ्यो; उपवास भङ्ग भएर त्यस्तो हानि भएको छैन । हामी पाँच दिन अरू थप उपवास गरौंला । चालीस दिन पुऱ्याउनु न हो, चलीस दिन मात्रै किन, पैंतालीस दिन उपवास गरौंला । भोजन नगरेको भए उनीसँगको प्रेम विच्छेद हुन्थ्यो, त्यसलाई हामीले कहिल्यै सुधार्न

सक्दैनथ्यौं । उनको हृदयमा चोट लाग्थ्यो, त्यसलाई निको पार्ने कुनै उपाय थिएन । उपवास गर्ने न हो ? यी पाँच दिनलाई बिर्स; आउँदो चालीस दिन फेरि गरौंला ।

फरक हेरौं त ! शिष्यहरूको स्वतन्त्रता सहज छैन । उनीहरूलाई कष्ट हुनको कारण के हो भने उनीहरूले मनको आवाज सुने ! मनले खाऊ भोजन भनिरहेको थियो । हामी संघर्ष गरिहेका थियौं त्यसको विरूद्ध । अन्त्यमा मनको आवाज सुनियो । दासत्व आयो ! बायजीद त मालिक हुन् । उपवास बस्ने कि भङ्ग गर्ने, यो उनको हातमा छ । यसमा मनको कुनै विद्रोह छैन, मनको कुनै विरोध छैन, मनलाई मान्नुपर्ने बाध्यता छैन । यस्तो भावना छ, म मालिक हुँ । उपवास बस्नुछ भने बसिदिउँला; बस्नु छैन त बस्दिन । निर्णय मेरै हुनेछ ।

दुवै उपवासी थिए, तर दुवैको उपवासमा ठूलो क्रान्तिकारी भिन्नता छ, मौलिक भिन्नता छ । बायजीदको स्वतन्त्रता सहज हो । उनी महलमा समेत बस्न सक्छन् निश्चिन्त भावले । उनी झुप्रोमा पनि बस्न सक्छन् निश्चिन्त भावले । तर बायजीदका शिष्यलाई महलमा बस्नु पर्‍यो भने कठिन हुन्छ किनभने उनीहरू यसलाई भोगविलास ठान्छन् । यो बडो गजबको कुरा हो । कहिले तिमीलाई महलले समात्छ, कहिले झुप्रोले समात्छ; तर समातिने चाहिँ हुँदैनन् । बायजीद दुवैतिर जान सक्छन् । स्वतन्त्रता उनको सहजता हो । उनलाई रोक्ने कोही छैन । निर्णय उनको आत्माको हुन्छ । निर्णायक आत्मा हो ।

सहज स्वतन्त्रता त्यसबेला फलित हुन्छ, जब सत्वको सिद्धि हुन्छ । त्यसभन्दा पहिले सबै स्वतन्त्रताहरू झूटा हुनेछन् ।

'स्वतन्त्र स्वभावकै कारण ऊ आफूभन्दा बाहिर पनि जानसक्छ र ऊ बाहिर स्थित रहेरै आफूभित्र पनि रहन सक्छ ।'

यो बडो मूल्यवान् सूत्र हो: *'स्वतन्त्र स्वभावकै कारण ऊ आफूभन्दा बाहिर पनि जानसक्छ ।'*

कबीर कपडा बुनिरहे; जुलाहा थिए उनी, पछिसम्म जुलाहा नै बनिरहे । शिष्यहरूले धेरैपटक भने, तपाईंले कपडा बुन्न र आफै बजारमा गएर बेच्न सुहाउँदैन किनभने अब तपाईं गृहस्थ होइन । यो

सुनेर कबीर हाँस्थे । उनी भन्थे, सबै त्यसैको खेल हो । बाहिर र भित्र एकै छ ।

कबीरको भनाइ हाम्रो बुझाइमा आउन सक्दैन, किनभने हामीलाई 'बाहिर' ले समातेको छ । यति जोडले समातेको छ कि बाहिर र भित्र एकैनास कसरी हुन सक्छ ?

झेन फकीरहरूले भनेका छन्: संसार र मोक्ष एकै हो ।

हामी एकदमै उद्विग्न हुन्छौ- यस्तो कसरी हुन सक्छ ? संसारले हामीलाई समातेको छ । संसारबाट हामी पीडित छौं । मोक्ष यसको विपरीत छ- जहाँ हामी मुक्त हुन्छौं, शान्त हुन्छौं, आनन्दित हुन्छौं, सुखी हुन्छौं; जहाँ कुनै दु:ख हुने छैन । हाम्रो मोक्ष हाम्रो संसारको विपरीत हो ।

जब कुनै व्यक्ति मुक्त हुन्छ, यस जगत्मा कुनै चीज विपरीत रहिरहँदैन; सबै विपरीतहरू समाप्त भएर जान्छन् । जब कुनै व्यक्ति मुक्त हुन्छ बाहिर र भित्रको अन्तर हराउँछ; किनभने सम्पूर्ण अन्तर अहंकारका पर्खाल हुन् । के बाहिर के भित्र ! सबै ठाउँमा बीचमा अहंकार उभिन्छ, त्यसैबाट पर्खाल बन्छ । हामी माटोको एउटा घैंटो लिएर नदीमा पसौं, त्यसमा पानी भरौं । हामी भन्छौं- यो घैंटो भित्रको पानी, त्यो चाहिँ घैंटो बाहिरको नदीको पानी । यसमा अन्तर के छ ? केवल एउटा माटोको बार ! त्यो माटोको बार फुट्यो भने बाहिर के रहला, भित्र के रहला ? जे बाहिर छ, त्यही भित्र हुन्छ; जे भित्र छ, त्यही बाहिर हुन्छ ।

त्यसैले कबीर भन्छन्: उठ्नु-बस्नु मेरो पूजा । हिँडनु-घुम्नु मेरो उपसना । कबीर मन्दिर जाँदैनन्; किनभने उनका लागि पसल र मन्दिरमा कुनै अन्तर छैन । अब कबीर बजारबाट हिमालतिर भाग्दैनन्; उनका लागि बजार र हिमालयमा अन्तर छैन । अब कबीर आफ्नो घरलाई छोडेर कहीँ जाँदैनन्; किनभने अब आफन्त र पराईमा पनि कुनै अन्तर छैन । भागेर पनि कहाँ जाऊला ?

अहंकार हटेपछि सम्पूर्ण अन्तरहरू समाप्त हुन्छन् । न केही बाहिर हुन्छन्, न केही भित्र हुन्छन् । न पदार्थ छ, न परमात्मा छ; दुवै एकै हुन्छन् । त्यही हो अद्वैत-जहाँ सबै एक हुन्छन् र सबै सीमानाहरू विलीन हुन पुग्छन् ।

त्यो अवस्था तब सम्भव हुन्छ जब जीवनमा सहज स्वतन्त्रता फलित हुन पुग्छ । यस्तो व्यक्ति स्वतन्त्र स्वभावका भएका कारण आफूबाट बाहिर पनि जान सक्छन् र आफू बाहिर स्थित भएर पनि भित्र पनि रहन सक्छन् । त्यस्तालाई कुनै बाधा हुँदैन । ऊ महलमा बसे पनि संन्यासी हुन्छ; ऊ संन्यासी भएर सडक मै उभिए पनि महलमा हुन्छ । उसको अगाडि करौडौं रूपियाँको थुप्रो लागेको होस् तैपनि ऊ अपरिग्रही हुन्छ र आफू वरिपरि केही पनि नहोस् तैपनि ऊभन्दा ठूलो परिग्रही अरू हुँदैनन्, किनभने सारा संसार उसैको हो ।

कठिन छ पहिचान गर्न, किनभने हामी एक हिस्सासँग परिचित छौं । घैंटोभित्रको पानी र घैंटोबाहिरको पानी फरकजस्तो लाग्छ । तिमीभित्र जे लुकेको छ, त्यही तिम्रो बाहिर हुन्छ । तिमीभित्र जुन आकाश छ, त्यही आकाश बाहिर पनि छ । तिम्रो शरीर माटोको घैंटोभन्दा विशेष होइन । थोरै मात्र अन्तर भएजस्तो लागेको मात्र हो ।

संसार र संन्यास दुई फरक कुरा हैनन् । दुईटा जस्तो देखिन्छन्, किनभने तिमीले एउटालाई मात्रै चिनेका छौ- त्यो हो संसार, तर संन्यासबारे जान्दैनौ । तिमी संसारकै आधारमा संन्यासबारे कल्पना पनि गर्छौ । तिम्रो संन्यासको धारणा तिम्रै संसारबाट नै फलित हुन्छ । तिमी त्यस्तालाई संन्यासी भन्छौ जो तिमीसँग बिल्कुलै विपरीत छ । तिमी भन्छौ, हेर ! कस्तो महान् संन्यासी ! जुत्ता नलगाई पैदल हिंड्छन्, नाङ्गै बस्छन्, घाम खाएरै उभिएका हुन्छन्, भरीमा रूझेका हुन्छन्, घाँस-पातमा सुत्छन्- कस्ता संन्यासी !

तिम्रो संन्यासको धारणा पनि तिम्रो संसारबाटै फलित हुन्छ । तिम्रा लागि जनक संन्यासी हुनै सक्दैनन् । कसरी हुन्छ ? उनी महलमा छन् । तिम्रो लागि कृष्ण संन्यासी हुनै सक्दैनन् । कसरी हुन्छन् ? मयूर-मुकुटमा सजिएर बस्छन्; बाँसुरी बजाइरहेका छन्, मनोरञ्जन गरिरहेका छन् । तिम्रा लागि उनीहरू संन्यासी हुनै सक्दैनन् ।

जब तिम्रो बुद्धिको दासत्व समाप्त हुनेछ र तिमीभित्रको सत्व मुक्त हुनेछ, तिमीले मोक्ष सबै ठाउँमा देख्छौ, दोकान यसका लागि

बाधक हुँदैन; मोक्ष सबै ठाउँमा छ, साम्राज्य यसका लागि बाधक हुँदैन भन्ने थाहा पाउनेछौ। किनभने मुक्ति तिम्रो आफ्नो अनुभवको दशा हो। तिमी मुक्त भयौ भने सबैतिरबाट संसार हराएर जान्छ। बाहिर-भित्र सबै एक हुन्छन्। पूजा र दोकान बराबर हुन्छन्। तब व्यक्तिले जीवनलाई जे जस्तो छ त्यहीअनुसार स्वीकार गर्छ, त्यसमा फेरि रत्तीभर भेद गर्नुपर्ने जरूरत पर्दैन। त्यसैले कसाई पनि ब्रहमज्ञानका लागि योग्य ठहरिए; परम् गृहस्थ पनि ब्रह्मज्ञानका लागि योग्य ठहरिए। यस्तो पनि हुन सक्छ, सबै त्यागेर हिंडेका संन्यासी पनि विचलित भएर ब्रहमज्ञानका लागि अयोग्य हुन पुग्छन्।

यो सूत्र गहन छः *'स्वतन्त्र स्वभावकै कारण ऊ आफूभन्दा बाहिर पनि जानसक्छ र बाहिर स्थित रहेरै आफूभित्र पनि रहन सक्छ।'*

अब ऊ मुक्त छ। अब त्यसको कुनै परिभाषा छैन। अब पनि तिमीले परिभाषा दिन थाल्यौ भने तिमीले त्यसलाई चिन्नै छैनौ। अब ऊ अपरिभाष्य छ। अब त्यसको कुनै लक्षण छैन। अब धरै नै कठिन छ भन्न तिमी कहाँ पाउँछौ। अब ऊ कहीँ पनि हुन सक्छ।

यस्तो भयो, वर्षाकाल शुरू हुनुअघि बुद्धका एकजना भिक्षु गाउँमा गए। एउटी वेश्या उनीसँग मोहित भइन्। भिक्षु थिए सुन्दर। फेरि भिक्षुको भिन्दैप्रकारको सौन्दर्य हुन्छ, जुन साधारण मान्छेमा हुँदैन। जसले सबै छोड्यो, ऊभित्र एकखाले आभा प्रकट हुन शुरू हुन्छ। जसले व्यर्थलाई छुट्याएर छोडिदियो, ऊभित्र सार्थकको फूल फुल्न थाल्छ; उसको जीवनमा महिमा प्रकट हुन्छ, जुन साधारणतया प्रकट हुँदैन।

नाच्दै आनन्दित बनेका भिक्षुलाई देखेर वेश्या मोहित बनिन्, स्वाभाविकै हो। बेश्या सुन्दर थिइन्। सम्राटहरूसमेत उनको द्वारमा पुग्थे। सबैलाई उनीसँग भेटघाटको मौका मिल्दैनथ्यो। बहुमूल्य थियो उनको समय, उनीसँग एकछिन बिताउन पाउनु पनि भाग्यको कुरा। उनी दगुर्दै स्वयम् भिक्षुकहाँ पुगिन् सडकसम्म र भनिन्, यस वर्षाकालमा मेरो निम्ता स्वीकार गर्नोस् र मेरो घरमा अतिथि बनिदिनोस्।

भिक्षुले भने, सोध्ने छु आफ्ना गुरूलाई, जस्तो उनको आज्ञा ! भिक्षुले न हुन्छ भने, न हुँदैन भने । भिक्षुले भने, सोध्ने छु आफ्ना गुरूसँग ।

दोस्रो दिन बिहान भिक्षुले बुद्धसँग सोधे, एउटी वेश्याले निम्ता गरेकी छिन् । म के गरूँ ?

बुद्धले भने, वेश्यालाई तिमीसँग डर भएन भने तिमी वेश्यासँग किन डराउँछौ ? मेरो संन्यासी यति कमजोर नहोस् ! तिमी जाऊ । वर्षाकालको निम्ता पाएका छौ, स्वीकार गर ।

बाँकी भिक्षुहरूमा खलबली हुन थाल्यो; किनभने अनेकौं भिक्षुहरूले बाटो हिँड्दा ती वेश्यालाई देखेका थिए । सुन्दर थिइन्; अनेकौंका मनमा वासना पनि उठेको थियो । अनेकौंले उनको निम्ता पाइयोस् भन्ने कामना पनि गरेका हुँदा हुन् ।

बुद्धको कुरा सुनेर एकजना भिक्षु उठेर भने, यो निर्णय उचित होइन । संन्यासी वेश्याको घरमा बसोस् ? यो कुरा ठीक लागेको छैन । यसबाट भ्रष्ट हुने डर हुन्छ ।

बुद्धले भने, तिमीले यो निम्ता पाएका भए मैले तिमीलाई आज्ञा दिने थिइन । तिमी भ्रष्ट हुन सक्ने डर छ, किनभने तिमीले अझै बाहिर-भित्रको फरक देखेका छौ । जसलाई पठाएको छु, उसको अवस्था थाहा पाएर पठाएको छु । उनी बाहिर रहून कि भित्र रहून, कुनै फरक पर्दैन ।

फेरि पनि भिक्षुको मन मानेन । उनले भने, तपाईं गल्ती गर्दै हुनुहुन्छ । यसबाट गलत नियमको सिलसिला बस्न सक्छ; मर्यादा टुट्छ ।

बुद्धले भने, तिमी चुपलाग । वर्षाकाल बित्न देऊ, फेरि हामी हेरौंला ।

दिन-दिनै भिक्षुहरूले खबर ल्याउन थाले । भन्न थाले ऊ भ्रष्ट भइसक्यो । कसैले भन्थ्यो, मैले देखेको हुँ ऊ नाच हेर्दै थियो; नाच भइरहेको थियो रातमा र ऊ पनि त्यहीँ थियो । कुसैले भन्थ्यो, ऊ गद्दीमा बसेको थियो मखमलको । कसैले भन्थ्यो, त्यसले लुगासमेत बदल्यो । कसैले कुन खबर ल्याउँथ्यो, कसैले कुन खबर ल्याउँथ्यो । कसैले भन्थ्यो, मैले आलिङ्गनमै त्यसलाई देखें ।

बुद्ध भन्थे, वर्षाकाल बित्न त देऊ। हतार के छ ? तिमीहरू हल्लाको भरमा किन बोल्छौ ? तिमीहरूको आशय के हो ? तिमीहरू भ्रष्ट भइरहेका छैनौ। जसलाई तिमीहरू भ्रष्ट भइरहेको छ भन्छौ ऊ वर्षाकालपछि फर्किहाल्छ नि। किन हतार गरेका ?

वर्षाकालपछि भिक्षु फर्किए। उनको पछिपछि वेश्या आइन्। ती वेश्याले बुद्धसँग भनिन्, मलाई भिक्षुणी बनाउनोस्। भिक्षुले जिते, मैले हारे। मैले सबै उपाय गरें र उनले कुनै पनि उपायमा बाधा दिएनन्। मैले उनलाई आलिङ्गनै गर्दा पनि उनी पर हटेनन्। मैले मखमलकै गद्दीमा बसाए पनि उनले म भिक्षु हुँ, मखमलको गद्दीमा कसरी बस्न सक्छु भनेन् ! मैले उनलाई स्वादिलाभन्दा स्वादिला भोजन दिएँ, तर पनि उनले यस्तो भोजन म खान सक्तिन, यसले वासना जाग्छ भनेनन्। मैले सबै प्रकारका निम्ता दिएँ, उनले हुन्न भनेनन्। जे भयो, उनी चुपचाप हेरिरहन्थे, मानौं केही पनि भइरहेको छैन। म उनीबाट आन्दोलित भएकी छु। जस्तो आनन्द उनलाई मिलेको छ, जसमा बाहिर-भित्र मेटिएर गएको छ; जस्तो आनन्दमा उनी छन्, त्यसमा कसैले पनि बाधा पुऱ्याउन सक्तैन; त्यस्तै आनन्दको आकाङ्क्षा मेरो पनि छ।

बुद्धले भिक्षुहरूसँग भनेः हेर ! जसको बाहिर-भित्र मेटिएर गयो, ऊ वेश्यासँग रह्यो भने वेश्या स्वयं संन्यासिनी बन्न पुग्छिन्। तिमी वेश्यासँग बस्यौ भने तिमी वेश्याको छायाँ बन्न पुग्छौ।

एउटा शुभ त्यस्तो हुन्छ जुन अशुभसँग डराइरहेको हुन्छ, त्यो कुनै ठूलो मूल्यको हुँदैन। साधु असाधुसँग डराएको हुन्छ। सन्त असाधुसँग डराएको हुँदैन; सन्त दुवैबाट पार भएर गैसक्यो। सन्त त्यही हो, जसलाई अब कुनै पनि स्थितिले बदल्न सक्तैन। ऊ बाहिर रहेर पनि भित्रै भइरहन्छ। ऊ संसारमै रहोस्, संसार ऊ भित्र प्रवेश गर्न सक्तैन।

बुद्धले भनेका छन्; संन्यासको परम दशा त्यही हो, जब तिमी नदीबाट जङ्घार तर, तर पानीले तिम्रो गोडा नभिजोस्। तिमी नदीबाट पार हुन डराऊ, यो कुनै परम् अवस्था हैन; यो त भयको अवस्था हो।

तीन सूत्र याद राख। मनको मालिकपन नष्ट गर्नुछ। साक्षी-भावबाट नष्ट हुन्छ, अन्तर बन्छ। स्वयम्‌को मालिकपन सिद्ध गर्नुछ।

तर विरोधमा गएर हैन, माथि उठेर आउँछ। स्वतन्त्रता आउनेछ; विरोधमा गए बापत आउँछ भने त्यो झूटो हुनेछ। त्यस्तो स्वतन्त्रतामा तनाव र कष्ट हुन्छ। त्यो शान्त हुँदैन। त्यो सहज हुँदैन। माथि उठ्दा, साक्षी बन्द पाइन्छ, लडेर पाइँदैन। धर्ममा योद्धाको ठाउँ नै हुँदैन। धर्ममा केवल माथि उठ्नुपर्छ। लड्नु छैन; किनभने जोसँग तिमी लड्छौ, तिमी त्यहीँ रोकिने छौ, त्यसैको धरातलमा अड्किनेछौ। मनलाई शत्रु बनाउनु छैन; मनभन्दा पारि जानु छ, अतिक्रमण गर्नुछ।

र मनभन्दा पारि जाने सूत्र होः साक्षी-भाव। जसै तिमी माथि उठ्यौ, सहज स्वतन्त्रता, स्पोन्टिनियस फ्रिडम घटित हुनेछ, मुक्तता घटित हुनेछ। त्यस मुक्तताको कुनै विरोध हुँदैन कसैबाट। त्यस्तो मुक्तिमा तिमी त्यस्तो दशामा पुग्नेछौ, जहाँ आफूबाट बाहिर पनि रहन सक्ने, भित्र पनि रहन सक्ने, कुनै फरक पर्दैन; किनभने बाहिर-भित्रको अन्तर नै समाप्त भयो। संसार र मोक्ष एउटै हो। द्वैत समाप्त भएर गए, सबै द्वन्द्व हराएर गए; अद्वन्द्व र अद्वैतको स्थिति हो यो।

सातौं प्रवचन

ध्यान अर्थात् चिदात्म सरोवरमा स्नान

बीजावधानम् ।
आस्नस्थः सुखं हृदे निमज्जति ।
स्वमात्रा निर्माणमापादयति ।
विद्याऽविनाशे जन्मविनाशः ।

ध्यान बीज हो ।
आसनस्थ अर्थात् स्व-स्थित व्यक्ति
सहजै चिदात्म सरोवरमा डुबुल्की मार्नसक्छ ।
र आत्म-निर्माण अर्थात् द्विजत्व पाउँन सक्छ
विद्याको अविनाश, जन्मको विनाश हो ।

जिसससँग उनका शिष्यहरूले सोधे, प्रभुको राज्य कस्तो हुन्छ ? के हो त्यसको रूप नाम ? जिससले भने, प्रभुको राज्य बीजजस्तै हो ? जीससले त्यही बीजबारे कुरा गरिरहेका छन्, त्यसैको हामी आज चर्चा गर्नेछौं ।

ध्यान हो त्यो बीज । बीज स्वयम् आफैंमा सार्थक हुँदैन । बीज साधन हो । बीजमा वृक्ष हुने सम्भावना हुन्छ । बीज कुनै स्थिति हैन; बीज यात्रा हो । बीज वृक्ष बनेर सफल हुन्छ; किनभने त्यहाँ फल लाग्छ, फूल फुल्छ- त्यही बीजको सफलता हो; यस्तै गरी ध्यानको बीज जब बृक्ष बन्छ र फल फूल लाग्न थाल्छ-त्यही परमात्मा हो ।

त्यसैले बीजको स्थितिलाई ठीकसँग बुझ्न जरूरी छ । तिमी परमात्माका सम्बन्धमा निरन्तर सोध्छौ । त्यो पुछताछ बेकार छ; किनभने वृक्षबारे के पुछताछ गर्नु जब बीजलाई नै सम्हालेर राखिएको छैन भने । बीजलाई नरोपिकन तिमी वृक्ष देख्न पनि कसरी सकौला ? बाहिरबाट देख्न परमात्मा कुनै बाहिरी घटना होइन; त्यो त तिम्रो परिष्कृत स्थिति हो; त्यो तिम्रै विकास हो । तिमी अरूको परमात्मालाई देख्न सक्दैनौ । तिमीभित्र लुकेर बसेको बीज फुटेर वृक्ष बन्ला, त्यसपछि तिमी त्यसलाई देख्न सक्छौ ।

बुद्ध, महावीर, कृष्ण, शिवले लाख उपाय गरून्, उनीहरूले तिमीलाई परमात्मा देखाउन सक्दैनन् । किनभने तिम्रो परमात्मा

तिमीभित्रै छोपिएका छन् । त्यो अझैसम्म बीज नै छ, वृक्ष बनिसकेको छैन; बीजमा केही पनि देखापर्दैन । जब बीज फुट्ला, विकसित होला, तिमी प्रकट हुनेछौ, प्रसन्न होउला, तिम्रो बत्ती बल्ला, तब तिमीले बुझ्नेछौ परमात्मा छन् ।

त्यसैले नास्तिकलाई हराउन ज्यादै मुश्किल हुन्छ । वस्तुतः नास्तिकलाई कसैले कहिल्यै हराउन सकेका छैनन् । यसको कारण यो होइन कि नास्तिक सही हुन्छ । यसको कारण यो हो कि त्यसले गलत प्रश्न सोधिरहेको हुन्छ । उसलाई जवाफ दिइन्छ, त्यो व्यर्थै हुन्छ । ऊ भन्छ, ईश्वरलाई देखाऊ ! कहाँ छ ईश्वर ?

ईश्वर तिमीमा लुकेको छ । ईश्वरलाई जसले सोधेको छ उसैमा लुकेको छ । अरूको कुरा ईश्वरलाई देखाउन सकिँदैन; त्यो आन्तरिक घटना हो । तिम्रो बीज अंकुरित भएपछि तिमीले बुझ्ने छौ ।

अहिले तिंमी बीजकै अवस्थामा छौ । तिमीले यसलाई नबुझेर बाहिर खोजिरहेका छौ । जबसम्म तिमी बाहिर त्यसलाई खोजी रहौला, तिम्रो बीज भित्रै बसिरहन्छ, अङ्कुरित हुँदैन । किनभने बीजका लागि त्यस्तै वातावरण, पानी चाहिँन्छ, जमिन चाहिँन्छ, प्रकाश चाहिँन्छ, प्रेम चाहिँन्छ, त्यही चाहिन्छ जे सानो बच्चालाई चाहिन्छ । जब तिमी भित्रपट्टि आँखा मोडौला, जब तिम्रो ध्यान भित्र वर्षिन्छ, र तिम्रो जीवन-ऊर्जा भित्रपट्टि मोडिएला, बीजलाई प्राण प्राप्त हुनेछ; तब बीज जीवन्त बन्छ, अङ्कुरित हुन्छ ।

'ध्यान बीज हो ।'

मकहाँ मान्छेहरू आउँछन् । उनीहरू सोध्छन्ः आशान्ति छ; कसरी शान्त बन्न सकिन्छ ?

एकदिन बिहानै मुल्ला नसरूद्दीन आए । उनलाई देखेर म केही भन्न खोज्दै थिएँ, मैले भनूँ भन्दै थिएँ पहिले नै उनले प्रश्न गरे । उनले भने, अब मेरो सहायता तपाईंले गर्नुपर्छ । मैले सोधें के छ समस्या ? उनले भने, बडो जटिल समस्या छ । दिनमा लगभग दस-बीस–पच्चीसपटक, कहिले अझ बढी, स्नान गर्ने तीव्र आकाङ्क्षा उठ्छ । म पागल हुँदैछु । बस यही धून सवार भइराख्छ । कुनै रूपले मलाई सहयोग गर्नोस् । त मैले सोधें, स्नान तिमीले गर्न छोड्यौ कहिलेदेखि ? उनले भने, जहाँसम्म मलाई याद आउँछ, म स्नानको झन्झटमा कहिल्यै परेकै छैन ।

स्नान गर्दैनौ र स्नान गर्ने आकाङ्क्षा मात्रै भइराख्छ, त समस्या स्नान हैन, समस्या तिमी आफैं हौ । तिमी अशान्त छौ; तिमीलाई थाहा छैन तिमीले ध्यान कहिल्यै गरेनौ । तिमी त्यस झन्झटमा कहिल्यै परेनौ । अशान्ति तिमी मेट्न चाहन्छौ; र ध्यानको स्नानविना त्यो कहिल्यै मेटिँदैन; त्यो बर्बादी हो ।

ध्यान आफूभित्रको स्नान हो । जसरी स्नानपछि शरीर ताजा हुन्छ, धूलो फोहर शरीरबाट जान्छ, स्वच्छ हुन्छ, त्यसरी नै भित्रको, अन्तर आत्माको स्नान ध्यान हो । जब भित्र सबै ताजा हुन्छ, कस्तो अशान्ति पाइन्छ ! अनि कस्तो दुःख, कस्तो चिन्ता ? तिमी पुलकित हुनेछौ, प्रफुल्लित बन्छौ ! तिम्रा गोडामा घुँघुरू बाँधिन्छ । तिम्रो जीवन एक नृत्य भएर जान्छ ! आज तिमी उदास छौ, थाकेका छौ, चिन्तित छौ । अशान्तिको कारण बाहिर छ भनेर तिमीले सोचेकोले नै तिमी भ्रान्तिमा परेका छौ ।

तिमी अशान्त हुनुको एउटै कारण छ, त्यो के भने ध्यानको बीजलाई तिमीले वृक्ष बनाउनै दिएका छैनौ । तिमी हजारौं उपाय गर्छौ सुखी बन्न । तिमी चाहन्छौ धन, पुत्र, यश, कीर्ति, असल स्वास्थ्य, सुन्दर शरीर, दीर्घायु- सबैथोक प्राप्त होला, तर अशान्तिले तिम्रो पिछा छोड्दैन । यी चीजहरू तिमीलाई जति परिणाममा प्राप्त भए पनि अशान्ति झन् सघन भएको तिमीले पाउँनेछौ ।

गरीब मान्छे कमै अशान्त हुन्छ । तिनीहरूको दाँजोमा अमीर बढी अशान्त हुन्छ । अमीरीले किन अशान्ति बढाउँछ ? हुन त गरीब पनि अशान्त हुन्छन्; शरीरको भोक, शरीरको अतृप्तिलाई शान्त पार्नमा यति धेरै ऊर्जा खर्च हुन्छ आफूभित्रको अशान्तिलाई नियाल्न चाहिने शक्ति नै बाँकी रहँदैन । अमीरको बाहिरी आवश्यकता सजिलै पूरा हुन्छ, उनीहरूको शक्ति बचिरहन्छ र भित्रको आवश्यकतामा ध्यान एकोहोरिन्छ । गरीब पनि त्यत्तिकै अशान्त हुन्छन्, तर अशान्तिलाई बुझ्ने सुविधा उनीहरूसँग हुँदैन । अमीरलाई अशान्तिले काँढाले घोचेझैं घोच्छ ।

जुन दिन तिमीले सबै आवश्यकताहरू पूरा गरौला, त्यस दिन तिमीले अचानक एउटा आवश्यकताको अनुभव गर्नेछौ- त्यो हो ध्यान । सबै आवश्यकताहरू शरीरका थिए, तिम्रा थिएनन् ।

यो सूत्रले भन्छः *ध्यान बीज हो ।'*

तिम्रो महान् यात्रामा, जीवनको खोजमा सत्यको मन्दिरसम्म पुग्नमा सहयोग गर्ने बीज ध्यान हो। ध्यानको किन यति धेरै मूल्य ? यति धेरै मूल्य छ ! यो फुल्यो भने तिमी परमात्मा बन्नेछौ। त्यो सड्यो भने तिमी नारकीय जीवन बिताउने छौ !

ध्यान के हो ?

ध्यान हो निर्विचार चैतन्यको अवस्था, जहाँ होश पूरै हुन्छ तर विचार बिल्कुलै हुँदैन; तिमी त हुन्छौ तर मन रहँदैन। मनको मृत्यु ध्यान हो। अहिले तिमी छँदा पनि छैनौ, जताततै मन मात्र छ। योभन्दा उल्टो पनि हुन्छ, जताततै तिमी नै तिमी हुन्छौ र मन बिल्कुलै रहँदैन। अहिले सम्पूर्ण ऊर्जा मनले रित्याएको छ। अहिले जति पनि तिम्रो जीवन-शक्ति छ, त्यो मनले चुसिदिन्छ।

तिमीले अमरबेल देखेका छौ ? त्यसले वृक्षलाई समातेको हुन्छ। वृक्ष सुक्न थाल्छ र अमरबेल मौलाउन र फैलन थाल्छ। अमरबेल मनजस्तो हुन्छ। त्यसमा जरा पनि हुँदैन। त्यो जराविहीन हुन्छ; किनभने त्यसलाई जराको आवश्यकता नै हुँदैन; ऊ अरूको शोषणबाट बाँच्छ। वृक्षलाई सुकाउन थाल्छ, आफूचाहिँ मौलाउन थाल्छ। त्यसको नाम सार्थक छ- अमरबेल ! त्यो मर्दैन। जबसम्म त्यसले शोषण गर्ने अवसर पाउँछ, ऊ अनन्त कालसम्म बाँच्छ।

यस्तै छ तिम्रो मन, त्यही हो अमरबेल हो। यो मन मर्दैन; अनन्त कालसम्म बाँच्न सक्छ; जन्मौं-जन्म तिमीलाई पछ्याउँछ। अनौठो कुरा के छ भने त्यसको कुनै जरा हुँदैन, त्यसका कुनै बीज हुँदैन। जराविहीन हुनु नै त्यसको अस्तित्व हो। मर्नुपर्ने हो ऊ यसैबखत, तर मर्दैन; ऊ शोषणको आधारमा बाँचिरहन्छ।

मनले तिमीलाई चारैतिरबाट घेरेको छ। तिमी बिल्कुलै जेलिएका छौ अमरबेलमा। पूरा जीवन-ऊर्जालाई मनले खाइदिन्छ, केही पनि बाँकी राख्दैन। तिमी दीन-दरिद्र, र सुक्दै-सुक्दै बाँच्छौ। मनले तिमीलाई त्यति मात्रै जीउन दिन्छ, जति जरूरी हुन्छ मनका लागि। अमरबेलले पनि वृक्षलाई पूरै मार्दैन; किनभने पूरा मार्‍यो भने खान नपाएर ऊ आफैं पनि मर्छ। त्यत्ति मात्र व्यवहार गराउँछ जति आवश्यक हुन्छ। मालिकले पनि दासलाई एकैचोटी मार्दैन; त्यति मात्रै खाना दिन्छ, जति दासलाई जीउँदो रहनका लागि जरूरी हुन्छ।

तिम्रो मनले तिमीलाई केवल त्यत्ति मात्रै दिन्छ; जतिले तिम्रो निर्वाह हुन्छ; अन्यथा उनान्सय प्रतिशत पिइदिन्थ्यो। एक प्रतिशत तिमी हौ, उनान्सय प्रतिशत मन भइरहन्छ- यो गैर ध्यानको अवस्था हो। उनान्सय प्रतिशत तिमी हुनेछौ, एक प्रतिशत मन हुनेछ- यो ध्यानको अवस्था हो। सय प्रतिशत तिमी भयौ र मन शून्य बन्यो भने त्यो समाधिको अवस्था हो। तिमी मुक्त भयौ; बीज पूरा वृक्ष भयो; अब पाउनुपर्ने केही बाँकी रहेन; जे पाउन सकिन्थ्यो, पाइयो। सबै सम्भावनाहरू थिए ती सत्य भए। जे लुकेको थियो, त्यो प्रकट भयो। अनि तिम्रो सुगन्धबाट अस्तित्व भरिभराउ हुन पुग्छ। तब तिम्रो नृत्य टाढा-टाढा कुनाकुनासम्म, तारामण्डलसम्म सुनिन पुग्छ। अनि तिमी मात्रै पुलकित हुनेछैनौ, तिमीसँगै पूरा विश्वको प्राण-धारा पुलकित हुनेछ। तब अस्तित्वमा एक उत्सवको वातावरण हुनेछ। जब कुनै बुद्ध पैदा हुन्छ, सम्पूर्ण अस्तित्व उत्सवले भरिन्छ; किनभने सम्पूर्ण अस्तित्व तिम्रो बीजलाई वृक्ष बनाउन आतुर छन्।

ध्यानको अर्थ हो: मन नभएकै बराबरको अवस्था। समाधिको अर्थ हो: जहाँ मन बिल्कुल शून्य होओस्, मात्रै तिमी बच।

शिवको यो सूत्रले भन्छ: *ध्यान बीज हो।'*

त्यसैले ध्यानबाट शुरू गर्नुपर्छ।

अहिले त होश-बेहोश, उठ्ने-सुत्ने मनले गराएको छ। राति सपना देखिन्छ, दिनमा विचार आउँछन्। उठ्दा-बस्दा मनमा विचार-निरन्तर चलिरहन्छ। आश्चर्यको कुरा के छ भने त्यसमा केही पनि सार हुँदैन। जतिसुकै विचार-द्वन्द्व चलिरहोस्, मनले केही फेला पार्दैन। तिमीले पाएका छौ ? यति धेरै सोचेर तिमी कहाँ पुग्यौ ? यसमा पनि विचार गर ! यतातिर पनि ध्यान देऊ, यतिविधि यात्रा गरेर कुन चाहिँ गन्तव्य पायौ ? सोची-सोची के पायौ ?

इम्युनअल कान्ट ठूला दार्शनिक थिए। साँझखेर घरतिर आइरहेका थिए। एउटा सानो केटोले उनलाई बाटैमा रोकेर भन्यो, अङ्कल ! म तपाईंको घर गएको थिएँ। भोलि पिकनिक जानुछ। तपाईंसँग क्यमरा माग्न गएको थिएँ। तपाईं घुम्न जानुभएको रैछ, तपाईंका कामदार भेटिए। उनले मेरो भनाइलाई अस्वीकार गरिदिए। कामदारले यसरी अस्वीकार गर्नु उचित हो ?

केटो रिसमा थियो। कान्टले भने, बिल्कुलै बेठीक हो। म हुँदाहुँदै अस्वीकृत गर्ने त्यो कुन कामदार रैछ ? आऊ मसँग !

केटो निकै खुसी भयो। उनीहरू घर पुगे। कान्टले कामदारलाई हप्काई–दप्काई भने, म हुँदाहुँदै अस्वीकृत गर्ने तिमी को हौ ? त्यस केटोसँग पनि भने, तिमी नै भन, म हुँदाहुँदै अस्वीकृत गर्ने कामदार त्यो को हुन सक्छ ? त्यो केटोले भन्यो, बिल्कुलै ठीक गरेन, अङ्कल ! त्यो मान्छेले बडो असभ्य किसिमले मसँग व्यवहार गऱ्यो। तब इम्युनअल कान्टले त्यो केटोसँग भने, अब तिमीलाई म भन्छु सुन, क्यामरा मसँग छैन।

केटोको यो खुशी, यो पुलक, यो पाउने आशा, अनेक हल्ला आखिरमा सबै व्यर्थ भयो किनभने क्यामेरा त उनीसँग पनि रहेनछ।

यो तिम्रो मनको दशा हो ! जीवनभर दौडनेछौ, चिच्याउनेछौ, आशा बटुल्नेछौ, श्रमगर्नेछौ र आखिरमा मनले भनिदिन्छ, जुन वस्तु तिमीले खोजिरहेका छौ, त्यो मसँग छैन। मनले सधैं यही भनेको छ। त्योसँग पनि छैन। त्यसैले मन सधैं आशा बटुलिरहन्छ। मनले सधैं भन्छ–आज हैन, भोलि; भोलि निश्चित। मनभन्दा बढी आश्वासन दिने अरू कोही पनि छैन। तिमी मूर्ख हौ ! मनसँग हुँदो हो त त्यसले आजै दिन्थ्यो। मनले भोलि, भोलि भनिरहेको छ र तिमी उसको कुरा खुरूक्क मान्छौ। तिमीले कैयौंपटक यसरी मानिसकेका छौ ! हरेकपटक भोलि आउँछ र मनले फेरि भोलिमा टारिदिन्छ।

यो तिम्रो बेहोशी बानी नै भयो। तिमीमा भोलिको भाका सुन्ने बानी परिसकेको छ। यो बानी यतिविधि गहिरो भएको छ तिमी यसमा पुनः विचारै गर्दैनौ। बेहोशीमा र रातको सपनामा समेत मनले तिमीलाई भोलिमै टार्दै राखिदिन्छ।

मुल्ला नसरूद्दीन बिरामी थिए। पत्नीले खबर गरिन्। म उनको घर गएँ। पूरै बेहोशीमा थिए, ज्वरो चर्को थियो। लाग्थ्यो एकसय पाँच, एकसय छ डिग्री ज्वरो हुनुपर्छ। बिल्कुलै बेहोश भएका। अगोभैं तातिरहेका थिए। मैले सोधें, कहिलेदेखि यो दशामा ? पत्नीले भनिन् भर्खर–भर्खर त्यस्तै घडीभर अघिबाट। मैले भनें, नसरूद्दीनको मुखमा थर्मामिटर हालेर हेर। मुखमा थर्मोमिटर हालियो। र त्यो बेहोश अवस्थामा पनि उनले भनेः सलाई प्लिज !

चेन स्मकर थिए उनी ! एउटाबाट अर्को सल्काएर चुरोट खाइनैरहन्थे। एकसय पाँच डिग्री ज्वरोमा पनि अरू केही यादै छैन,

कुनै किसिमको होसै छैन, तर मुखमा थर्मामिटर हाल्नासाथ उनलाई चुरोटको सम्झना आउँछ र भन्छन्, सलाई प्लिज !

तिमी मर्नै लागिरहेका भए पनि तिम्रो दशा यही हुनेछ–सलाई प्लिज ! तिम्रो मन पुरानो बानीअनुसार आफ्नो बेहोशीमा पनि ताना–बाना बुनिरहन्छ । मर्न लागेको क्षणमा पनि तिमी मनलाई भरेरै राखेका हुनेछौ । तिमी पूजा गर, प्रार्थना गर, मन्दिर जाऊ, तीर्थयात्रा गर– मन तिमीसँगैसँगै हुन्छ । जहाँ गए पनि मन तिमीसँग रहन्छ, त्यहाँ धर्मसँग तिम्रो सम्बन्ध जोडिँदैन ।

एकजना मुसलमान फकीर थिए– हाजी मुहम्मद । साधु पुरूष थिए । एकरात उनले सपना देखे, आफू मरेको र चौबाटोमा उभिएको, जहाँबाट एउटा बाटो स्वर्ग जान्थ्यो, एउटा नर्कतिर; अर्को बाटो पृथ्वीतिर आउँथ्यो र अन्तिमचाहिँ मोक्षतिर । चौबाटोमा एकजना देवदूत उभिएका थिए, उनले हरेक मान्छेलाई उसको कर्मअनुसारको बाटोतिर पठाइरहेका थिए ।

हाजी मुहम्मद कत्ति पनि हड्बडाएनन्; जीवनभर साधु थिए । नमाज दिनको पाँचपटक पढ्थे । साठीपटक हज गरे, त्यसैले हाजी मोहम्मद उनको नाम रह्यो । घमण्डको भावमा गए उनी देवदूतका अगाडि । देवदूतले सोधे, तिम्रो नाम ? उनले भने, हाजी मुहम्मद ! देवदूतले नर्कतिर इशारा गरेर भनेः त्यो बाटो ! हाजी मुहम्मदले भने, तपाईंले मलाई चिन्नु भएन शायद । कुनै भुल–चुक भइरहेको छ । मैले साठीपटक हज गरेको छु !

देवदूतले भने, तिम्रा ती मिहिनेत व्यर्थै भए; किनभने कसैले तिमीसँग सोधेको भए यो कुरा तिमीले भन्नुपर्थ्यो म हाजी मुहम्मद हुँ भनेर । तिमीले त्यसको प्रशस्तै फाइदा आफू हाजी भएको बापत लिइसकेका छौ । फलस्वरूप तिमी घमण्डी भयौ । अरू कुनै गरेका छौ ?

हाजी मुहम्मदका गोडाहरू थरथर काँपे । साठीपटकको हज व्यर्थ गयो, अब आशा धर्मराउन थाल्यो । उनले भने, दिनदिनै पाँचपटक नमाज पूरा–पूर पढ्थें ।

ती देवदूतले भने, त्यो पनि व्यर्थै गयो; किनभने कसैले तिमीलाई हेरिरहेको थाहा पायौ कि तिमी अरू थोरै बेरसम्म नमाज पढ्थ्यौ । कोही पनि नहुँदा भने तिमी चाँडै नमाज पढेर सिध्याइदिन्थ्यौ । तिम्रा आँखा परमात्मा तिर थिएनन्, तिमीलाई हेर्ने

मानिसहरूमा थियो। एकपटक तिम्रो घरमा केही मानिसहरू बाहिरबाट आएका थिए, तिमीले सबैलाई देखाउन निकै बेरसम्म नमाज पढिरह्यौ। त्यो नवाज भूटो थियो। तिम्रो ध्यान परमात्मामा थिएन, ती मान्छेहरूतिर थियो– ती मानिसहरूले तिमीतिर हेरिरहेका थिए, तिमीले बढी समय नमाज पढ्यौ ताकि उनीहरूले थाहा पाऊन् कि तिमी धार्मिक मान्छे हौ, हाजी मोहम्मद ! त्यो मिहिनेत पनि बेकारमा खेर गयो। केही अरू पनि गरेका छौ ?

हाजी मुहम्मद आत्तिए। हड्बडीमा उनको निद्रा खुल्यो। सपना रहेछ, उनलाई सन्तोष भयो। सपनापछि जिन्दगी बदलियो। त्यसदिनदेख उनले आफ्नो नाममा हाजी जोड्न छोडिदिए। नमाज लुकेरै पढ्न थाले; उनले नमाज पढेको फेरि कसैलाई पत्तो भएन। गाउँभर खबर फैलियो हाजी मुहम्मद अब धार्मिक रहेनन्। उनले नमाज पनि पढ्न छोडेछन् ! बुढ्यौलीमा पात्तीए छन्। उनले त्यसको कुनै खण्डन गरेनन्। उनी लुकी–चोरी नमाज पढ्थे। त्यसो गरेर पढेको नमाज सार्थक हुन थाल्यो। भनिन्छ, मरेपछि हाजी मुहम्मद स्वर्ग गए।

तिम्रो मनले प्रार्थना पनि गर्छ, तर पनि त्यसलाई प्रार्थना हुन दिंदैन। तिम्रो मनले प्रार्थनाबाट अहंकार खात लगाउन थाल्छ। आफ्नो ध्यानको चर्चा अरूसँग नगर, त्यलाई लुकाएर राख। त्यसलाई सम्हाल, जसरी तिमीले बहुमूल्य हीरा लुकाउछौ, उफार्दै हिड्दैनौ नि। बहुमूल्य सम्पदालाई तिमी गाडेर राख्छौ। यस्तै गरी तिमी ध्यानलाई गाडेरै राख, अरूको आँखाबाट बचाऊ। त्यसको तिमी चर्चै नगर, कसैलाई सुइँको नदिनू। त्यसबाट अहंकार नथुपार। अन्यथा मनको अमरबेल लहरो त्यहाँ पनि पुगेर चुस्छ। जहाँ मन पुग्छ, त्यहाँ धर्म रहँदैन। जहाँ मन पुग्न सक्दैन; त्यहाँ धर्म रहन्छ। मन बहिर्मुखी छ। त्यसको ध्यान अरूतिरै हुन्छ, आफूतिर हुँदैन। ध्यान भने अन्तरमुख हुन्छ।

ध्यानको अर्थ हो–आफूमा ध्यान, अरूतिर होइन। मनको अर्थ हो–अरूतिर ध्यान, आफूतिर होइन।

तिमी दुई पैसा गरीबलाई दिन्छौ भने तिमी यताउति हेर्छौ अरूले देखेका छन् कि छैनन् भनेर। तिमी मन्दिर बनाउँछौ, शिलापत्र राख्छौ आफ्नो नामको; तिमी दान गर्छौ त्यो अखबारमा छपाउँछौ। सबै व्यर्थ भए। हाजी मुहम्मदजस्तो भएर तिमी कही पुग्न सक्दैनौ।

तिमीले कति पटक उपवासम लियौ, कतिपटक व्रत बस्यौ, यी सबैको बयान जम्मा गरेर नराख। परमात्माको दुनियाँ कुनै सुपरमार्केटको दुनियाँ हैन; त्यहाँ हिसाबको कुनै कुनै महत्त्व छैन। त्यहाँ तिमीले हिसाबकिताबको विपरण बोकेर गयौ कि तिमी हार्छौ। हिसाब संसारमा मात्रै काम लाग्छ।

तर तिमीले देखेका छौ, जैन मुनिहरू हरेक वर्ष उनीहरूले यसपटक कति उपवास बसे; यस वर्षकालमा कति दिन भोकैरहे; कति व्रत-नियम पालना गरे, यसको विवरण छपाउँछन्। उनीहरूले हिसाब राखेका हुन्छन्। जो मन्दिरमा बसेका छन् यो त उनीहरूको दोकान्दारी नै हो। यिनीहरूका बुद्धिले गणितबाट छुट्कारा पाएका छैनन्। यिनीहरूको ध्यान, यिनीहरूको उपवास, सबै व्यर्थ भएका छन्। यिनीहरू हाजी मुहम्मद हुँदै गैरहेका छन्।

तिमी चिन्तै नगर अरूले तिमीलाई धार्मिक मान्छन् कि मान्दैनन्। अरू मान्छेले के भन्छन्, यो कुरा विचारणीय नै हैन; किनभने अरू मान्छेसँग तिम्रो मनको सम्बन्ध अलिकति पनि छैन। जुन दिन मन समाप्त हुनेछ, त्यो दिन तिमी असङ्ग भइहाल्छौ। मनले मात्रै अरूसँग तिमीलाई जोडेको हो। जबसम्म मनले तिमीलाई संसारसँग जोडिराख्छ, तिमी परमात्माबाट टाढै रहन्छौ। जुन दिन तिमी संसारबाट छुट्टिन्छौ, मन हराएर जान्छ, त्यसै दिन तिमी परमात्मासँग जोडिन्छौ। यता भयो असङ्ग, उता भयो सङ्ग। यहाँ टुट्यो नाता, उता जुट्यो नाता। यहाँ भयो आँखा बन्द, उता खुल्यो।

ध्यान बीज हो।'

ध्यानको अर्थ होः निर्विचार चैतन्य।

दोस्रो सूत्र होः *'आसनस्थ व्यक्ति सहजै चिदात्म सरोवरमा डुबुल्की मार्न सक्छ'।*

यो सूत्र निकै क्रान्तिकारी छ; सरल पनि, कठिन पनि। आसनस्थ भएको व्यक्ति चिदात्म सरोवरमा डुबुल्की मार्नसक्छ, डुबिरहन सक्छ।

जापानमा झेन फकीरहरूको परम्परा छ। तिनीहरूसँग तिमीले ध्यानका लागि के गर्ने भनेर सोध ? उनीहरू भन्छन्, केही पनि नगर, केवल बस। ध्यान राख, उनीहरू भन्छन् केही नगर, यसको मतलब होः केही पनि नगर्नू, केवल बसिराख्नू। केवल बस्नु र केही

पनि नगर्नु; किनभने तिमीले केही गर्‍यौ कि मन आउँछ । कुरा सरल लाग्छ, तर निकै कठिन छ । बसिराख्न मुस्किल छ, यही त गाह्रो हो । आँखा बन्द गर्‍यो कि काम शुरू भयो, दौड शुरू भयो । शरीर बसेको देखिन्छ; मन भने दौडिरहेको हुन्छ ।

तिमी केवल बस र केही पनि नगर, त ध्यान हुन्छ । तिमी आसनस्थ होऊ, जस्ट सिटिङ्, बस् मात्र बसेका छौ, न राम नामको जप चलेको छ, न कृष्णको स्तुति चलेको छ, केही गरिहेका छैनौ, न कुनै विचारको तरङ्ग छ, किनभने गर्नु पनि कृत्य हो । तिमी केही पनि नगर, विचारलाई रोक्ने पनि कोसिस भएको छैन, किनभने त्यसो गर्नु पनि कृत्य हो, त्यो पनि विचार हो । न तिमी परमात्मालाई स्मरण गरिरहेका छौ, न संसार; किनभने ती सबै विचार हुन् । म आत्मा हुँ, अहं ब्रह्मास्मि, म ब्रह्म हुँ भनेर पनि तिमीले भित्र दोहर्‍याइरहेका छैनौ । यसरी दोहर्‍याउनाले केही पनि उपलब्ध हुँदैन, यी सबै विचार हुन् । तिमीले केही पनि गरिरहेका छैनौ, केवल तिमी बस्यौ, मानौं तिमी एउटा ढुङ्गा हौ, जसभित्र केही पनि भइरहेको छैन, बाहिर केही पनि भइराखेको छैन । यो अवस्थाको नाम आसनस्थ हो ।

यो अवस्थालाई जापानीहरू झाझेन भन्छन्- केवल बस्नु । झेन फकीरहरू यस विधिलाई उपयोग गर्छन् । कहिले-काहीँ बीस वर्ष लाग्छ, तीस वर्ष लाग्छ, तब गएर मान्छे यस अवस्थामा पुग्न सक्छ, केवल बसेको बस्यै हुन्छ ।

सरल लाग्छ तर सूत्र निकै कठिन छ । यस दुनियाँमा सरलतम् देखिने चीजहरू नै सर्वाधिक कठिन हुन्छन् । तिमीलाई कसैले हिमाल चढ भनोस् । त्यसमा त्यति धेरै बाधा हुँदैन । पसिना आउला, थकान होला, तर चढ्छौ । तिमीलाई कसैले भनोस्, केही नगर; तब कठिनाइ आयो । उसले तिमीलाई यत्ति भनेको छ तिमी केही पनि नगर ।

तिमी चुपचाप बसिरह्यौ भने के होला ? पहिलो कुरा त तिमी बस्छौ, केही समयपछि शरीरका अनेक ठाउँमा गति शुरू भएको अनुभव हुन थाल्छ । गोडामा सीयोले घोचेझैँ झमझम गर्न थाल्छ । । शरीरको कुनै कुनामा चिलाएजस्तो भइरहेको छ । कहिले लाग्छ कम्मर दुखिरहेको छ । कहिले लाग्छ गर्धनमा दुखिरहेको छ । एकछिन पहिलेसम्म यस्तो केही भएकै थिएनन्, तिमी बिल्कुलै ठीक

थियौ । अचानक शरीरले सबैतिर विद्रोह गर्दैछ । मनले भनिरहेको छ, केही गर; अरू नगरे पनि कन्याऊ, केही त गर । केही नभए शरीरलाई यताउता फर्काऊ । गोडा यसरी राखेका छौ, त्यसरी राख । सुत । केही गर । किनभने जीवन यस संसारमा कृत्यकै बलबाट टिकेको छ । जसै तिमी कृत्यबाट शून्य भयौ, यो संसार हरायो । तिमी शान्तसँग बस्न चाहन्छौ तर शरीरले भन्छ, केही गर ।

मकहाँ मानिसहरू आउँछन् । उनीहरू भन्छन्, हामीलाई कहिलेकाहीँ थाहै हुँदैन कहाँ दुख्छ, कहाँ के भएको छ; तर जब ध्यानका लागि बसिन्छ, सङ्कट शुरू हुन्छ । खोकी आइहाल्छ । अघिपछि बस्दा कहिल्यै खोकी आएको थिएन । चुप लागेर बस्यौं, खाली हुन खोज्यौं भने शरीरले कृत्य शुरू गरिदिन्छ ।

यसमा ध्यान पुऱ्याऊ । शरीरका कुरा नसुन । मालिक तिमी हौ ! शरीर होइन । तिमीले वास्ता गरेनौ भने शरीर थोरै दिनमै चुप भइहाल्छ । कतिन्जेल चिच्याइरहोस् ? तिमीले शरीरको कुरामा ध्यान दियौ कि उसले गतिलो पोषण पाउँछ । तिमीले भन्नू जेसुकै होस्, अहिलेको एक घण्टासम्म म केही पनि गर्नेछैन । चिलाइरहोस् के बिग्रिइहाल्छ तिमीले कन्याएनौ भने पनि ?

तिमीले याद गरेको हुनुपर्छ, दुई-चार मिनेट हिम्मत गऱ्यौ भने चिलाइ हराएर जान्छ । कन्याएर कहिल्यै चिलाई निको भएको छ ? झन् बढ्छ ।

तिमीले यो शरीर दास हो र यसले मेरो आज्ञा मान्छ, म मान्दिन भनेर सोच्यौ भने अचानक घाँटी खसकखसाएको निको भएको र खोकी हराएर गएको चाल पाउँनेछौ । तिमीले केही दिन म मालिक हुँ भनेर घोषणा गर्नुपर्छ । किनभने यो दासलाई तिमीले धेरै अघिदेखि मालिक बनाएर राखेका छौ; त्यसैले आफ्नो मालिक पद खोसिएपछि बाधा अप्ठेरो त पार्छ नै । त्यसले तिमीलाई भन्नेछ, म यो हुन दिन्न; सिंहासनमा म छु नि !

एक घण्टा तिमीले खाली बस्ने निर्णय गरेका छौ भने के पो भइहाल्छ र ? खुट्टो चिलाउँदै गर्ला, चिलाउन दिनू । त्यसलाई नकन्याउँदै प्राणै जाने हैन, चिलाइ भएको न हो । तिमीले केही समयमा थाहा पाउने छौ, तिमीले संयम राखेपछि खुट्टोले पनि जिद्दी गर्न छोडिदिन्छ । त्यो जिद्दी घुर्की थियो, त्यो तिमीलाई झुकाउने प्रयास थियो । तिमीले उसले भनेको मानेको भए अर्को ठाउँमा

चिलाई शुरू हुन्थ्यो; तर तिमीले सुनिदिएनौ, तिमीले कन्याएनौ, निको भयो । घरमा कोही छैन भने भिखारी केहीबेर कराएर फर्किन्छ । तिमीले त्यो भिखारीलाई अरूकै घर जा, यहाँ कोही पनि छैन, भनेको भए ऊ अटेरी भएर त्यहीँ ठिङ्ग उभिइरहन्थ्यो । तिमीले प्रतिक्रिया जनायौ, तिमीले प्रत्युत्तर दियौ भने उसले केही न केही भनिहाल्छ ।

एकजना भिखारी माग्दै थियो । ऊ एकजना मारवाडीको ढोकामा पुगेछ । त्यसले भन्यो, दुईटा रोटी पाऊँ । मारवाडीले भन्यो, रोटी ! यहाँ कुनै रोटी-सोटी छैन । अन्तै जा ! ऊसले भन्यो, दुई पैसा दिनोस् । मारवाडीले भन्यो, यहाँ कुनै पैसा-सैसा छैन । यहाँ हामी केही पनि दिने-लिने गर्दैनौं । ऊसले भन्यो, जे भए पनि दिनोस्, एउटा लुगा भए पनि हुन्छ । मारवाडीले भन्यो, सुनेनौ यहाँ केही पनि छैन भनेको ! उसले भन्यो, मजस्तै तिमीसँग पनि केही रहेनछ, त्यसोभए तिमी म मसँगै माग्न किन हिंड्दैनौ ? बसी-बसी के गर्छौ, न लगाउने लुगा छ, न खाने वस्तु छ, न पैसा छ, आऊ हामी सँगसँगै मागौंला ।

उत्तर दियौ कि तिमी फँस्यौ । तिमीले उत्तर दियौ, त्यसको मतलब हो तिम्रो उपस्थिति छ र तिमी राजी छौ । प्रतिक्रिया दियौ, त्यो नै पर्याप्त छ ।

तिम्रो शरीरमा चिलायो, तिमी हेरिराख; कुनै उत्तर नदेऊ । तिमी केही क्षणमा चकित हुनेछौ, चिलाइ त गइसकेछ । दुख्न थाल्यो, हेरिराख; दुखाइ पनि जान्छ । लगभग छ महिना लाग्छ शरीरलाई आसनस्थ तुल्याउन । कुनै पनि आसन रोज, सजिलो लाग्ने आसन, जसमा तिमी धेरैबेर बस्न सक । कुनै उट्पटाङ आसन नरोज, जसको कारणले त्यसै धेरै अप्ठेरो पर्न सक्छ । सुखासन रोज ! आरामसँग बस्न सक । सकेसम्म शरीरलाई कष्ट नहोस् जानीजानी; ढुङ्गो-माटो राखेर त्यसमाथि नबस; काँढा नबिछ्याऊ । त्यसै पनि शरीरले थुप्रै कष्ट पुऱ्याउँछ, फेरि अरू नयाँ कष्ट थप्न आवश्यकता छैन ।

सुखासनमा बस । तिमीले एक घण्टासम्म बस्ने तय गरेका छौ, एक घण्टासम्म शरीरलाई वास्ता नगर । तिमी चकित हुनेछौ थोरै दिनमै- तीन हप्ताभित्र तिमी चकित पर्नेछौ- तिमीले हिम्मत गऱ्यौ, तिमी झुकेनौ भने शरीरले गुनासो गर्न छोड्छ । शरीरले गुनासो गर्न छोडेपछि मात्र तिमीले मनतिर ध्यान दिनू । योभन्दा पहिले मनतिर

ध्यानै नदेऊ । अहिले मनमा अल्झिनु ठीक छैन । पहिले शरीरलाई शान्त हुन देऊ । जुन दिन तिमीले थाहा पाउने छौ कि अब शरीरले कुनै उपद्रो मच्चाउने छैन, त्यो शान्त भएर बस्न राजी भएको छ, यो आधा यात्रा पूरा भएको अवस्था हो; सम्झनू आधाभन्दा पनि बढी पूरा भयो । किनभने मन पनि शरीरकै अंश हो । शरीर तिमीले भनेको अवस्थामा बस्न राजीभयो भने यो हिस्साले अरू बढी समय विद्रोह गर्न सक्दैन । मन सबैभन्दा बढी विद्रोही हिस्सा हो; वास्तवमा शरीरकै हिस्सा हो । जब पूरै शरीर आसनमा बस्न राजी भयो मन पनि बढी समय यता-उता दगुर्न खोज्दैन । यो शान्त भइहाल्छ ।

शरीरलाई आसनस्थ गर्न सक्नुको अर्थ हो- शरीरका सबै उपद्रो शान्त भएका छन् । अब तिमी यसरी बसेका छौ मानौं तिमी अशरीरी हौ, मानौं शरीर छँदै नै छैन, शरीरलाई थाहै हुँदैन; केवल तिमी बसेका छौ । अब तिमी मनमा ध्यान दिनू । मनको प्रक्रिया पनि त्यही हो, मनले जे भनोस्, नसुन्नू । कुनै प्रतिक्रिया नदेआउँनू । मनमा विचारहरू आइरह्यो भने तिमी यसरी हेर मानौं तिमी तटस्थ छौ, तिमीलाई केही मतलब छैन; मानौं तिम्रो कुनै लिनु-दिनु छैन; मानौं यी विचारहरू अरू कसैका मनमा चलिरहेका छन्, निकै टाढा छ तिमीबाट; मानौं सडकमा चर्को आवाजहरू घन्किरहेका छन् वा मानौं आकाशमा बादल दौडिरहेका छन्, त्योसँग तिम्रो केही लेन-देन छैन, यी दृश्यबाट तिमी अप्रभावित छौ । ती सबैलाई तिमीले उपेक्षा भावले हेरी मात्र रहनू ।

पहिले शरीरलाई शान्त हुन दिनू, यसका लागि शरीरले करीब तीन हप्ता लिन सक्छ, मनले लगभग तीन महिना लिन सक्छ । केही बढी हुन पनि सक्छ । कति प्रगाढता तिमीमा छ, त्यसमा निर्भर हुन्छ । तर करीब छ महिना भित्र तिमीले आसनस्थको अवस्था पाउनेछौ । त्यो अवस्थामा न शरीरले कुनै क्रिया गर्छ, न मनले कुनै क्रिया गर्छ ।

मनसँग झगडा नगर । त्यसलाई थिचोमिचो गर्ने कोसिस नगर, त्यसो गर्ने विचारसम्म पनि नगर ! किनभने यसो गर्नु पनि विचार हो । विचारलाई यति मात्र पनि सहारा दियौ भने मन चलिराख्छ । के थाहा मनले कति उपद्रो मच्चाउने हो ? तिमी मनसँग झगडा गर्दै नगर; किनभने झगडाको अर्थ हो तिमी राजी भयौ प्रतिक्रिया

जनाउन, तिमीले मनको उपेक्षा गर्न सकेनौ । उपेक्षा सूत्र हो । तिमी हेर मात्र । तिमीले केही भन्दै नभन्नू ।

मुश्किल पर्ला, किनभने यो पुरानो बानी हो । जन्मेदेखिको बानी हो मनलाई प्रतिक्रिया जनाइरहने, कुराकानी गर्ने, उत्तर दिने । तिमी केवल हेर, हेर, हेर । एकदिन तिमी त्यो घडीमा पुग्नेछौ, तिमी बसेका छौ तर केही भइरहेको छैन । न शरीरमा कुनै गति छ, न मनमा कुनै गति छ । जुन दिन शरीर र मन दुवैको गति शान्त हुन्छ, त्यो अवस्थाको नाम आसनस्थ हो ।

आसनको अर्थ कुनै किसिमको ठूलो योगासन साधना होइन । तिमी योगासन गर्छौ भने तिमीलाई मद्दत पनि पुग्छ; किनभने बढी समयसम्म बस्ने क्षमता बढ्छ । तर जरूरीचाहिँ छैन, कुनै अनिवार्य होइन । तिमीले केवल बस्न मात्र शुरू गरिदियौ र केवल बस्नैलाई सिक्यौ भने पनि परम् आसन त्यही हो । कुनै जरूरी छैन तिमी जमीनमा नै बस्न; कुर्सीमा बसे पनि हुन्छ । एउटा कुरा ध्यानमा राख्नुपर्छ, त्यो के हो भने जुन अवस्थामा बसेका छौ, बस त्यही आवस्थामा बसिरहनुपर्छ ।

सुखपूर्वक बस, शरीरले व्यर्थै तिमीले मलाई कष्ट दिइरहेका छौ नभनोस् । आनन्दसँग बस । सबैतिरबाट व्यवस्था मिलाऊ सजिलो हुने । जाडो छ भने बाक्लो न्यायो लुगाको सहयोग लिनू । गर्मी छ भने पङ्खा खोल । सुखसाधनको व्यवस्था गर । शरीरलाई विनाकारण कष्ट पुऱ्याउनुमा रस नमान; किनभने त्यो दुष्ट्याइँ हुन्छ । तिमी आफ्नो शरीरलाई सताए पनि वा अरूकै शरीरलाई सताए पनि, दुवै हिंसा हुन् । हिंसा गरेर कोही कहिल्यै परमात्मासम्म पुगेको छैन । यो शरीरलाई कष्ट पुऱ्याउनुपर्ने कुनै कारण छैन । सबैतिरबाट सुखसुविधाको व्यवस्था गर । आसनमा बसेपछि शरीरले जे सुकै भनोस् उसको कुरा नसुन्नू; बसिराख । मनलाई उपेक्षाको व्यवहार गर ।

शुरूमा मनले निकै वैचारिक द्वन्द्व मच्चाउन सक्छ, खुब कराउला, यस्तो गुनासो मनले कहिल्यै गरेको थिएन ।

मानिसहरू मकहाँ आउँछन् र भन्छन्, ध्यान नगरेको समयमा मनमा अशान्ति थिएन, अहिले ध्यान गर्न थालेपछि अशान्ति अरू बढेर गएको छ; अब त भीषण नाद चलिरहेको छ ।

भीषण नाद तिमीभित्र पहिलेपहिले पनि चल्थ्यो, तिमीलाई थाहा थिएन, किनभने तिमीले त्यतातिर कहिल्यै ध्यान दिएका थिएनौ। तिमी अल्झिएका थियौ बाहिरतिर, भित्र अराजकता थियो नै; किनभने तिमी शान्तसँग बस्नुमा अराजकता बढ्नुको कुनै पनि सम्बन्ध छैन। घट्न सक्छ; बढ्छ कसरी ?

तिमी यतिविधि अल्झिएका थियौ बाहिर बाहिरै, तिम्रा सम्पूर्ण ध्यान बहिर्मुखी थियो- मन बजार, पसल, धनतिर गैरहेको थियो, तिमीले मौका पाएका थिएनौ भित्र हेर्नका लागि र तिमीलाई आफूभित्र चलिरहेका उपद्रोबारे थाहा नै भएन। अहिले तिमीले बाहिरतिर हेर्न छोडेका छौ, तिम्रा सबै ध्यान, सबै फोकस्, सबै प्रकाशभित्र पसेको छ। यो भित्र प्रकाश तिमीभित्र पर्नुको कारणले तिमीलाई पहिलोपटक त्यहाँ अराजकता मच्चिएको थाहा भयो।

उपेक्षा गर ! एउटा कुरामा मात्र ध्यान दिनू कि मनबाट केही अपेक्षा नगर। मनबाट सहयोग पाउने अपेक्षा गऱ्यौ कि तिमीले त्यसको उपेक्षा गर्न सक्दैनौ। अपेक्षा छोडिदेऊ, मनबाट कुनै आशा नराख। उपेक्षामा बस, तटस्थ रहू। जतिसुकै कठिन होस्, पछि सरल भइहाल्छ, तिमी बसिनैरह्यौ भने। आज नहोला भोलि अवश्य होला; भोलि नहोला, पर्सि अवश्य होला। कहिले होला भनेर तिमीले यसको चिन्तै नगर्नू; किनभने तिमीले जति छिटो गर्न खोज्छौ, त्यत्ति नै ढिलो हुन्छ। चाँडो गर्न खोज्नु मनको स्वभाव हो। तिमीले चाँडो गर्नखोज्यौ कि मनले तिमीलाई हराइदिन्छ। तिमीले धैर्य राख्यौ र प्रतिक्षा गर्न राजी भयौ भने, कुनै हतार छैन भन्यौ भने, कुनैबेला होला त्यसको मलाई चिन्ता छैन, म बसिरहन्छु भन्यौ भने तिमीले मन शान्त भएको चाल पाउँछौ।

आसनस्थ अवस्थाको अर्थ हो- शरीरले कुनै क्रिया नगर्नु, मनमा कुनै विचार नहुनु। शिवको यो सूत्र निकै क्रान्तिकारी छ। यसले भन्छ- तिमी आसनस्थ भयौ कि सहजै चिदात्म-सरोवरमा डुबुल्की मार्न सक्छौ। त्यो सरोवर तिमीभित्रै छ। शरीरका सबै गति बन्द हुन्छन् भने ऊर्जा बाहिर जान सक्दैन। मनको गति बन्द हुनु नै, ऊर्जा जाने सबै छिद्रहरू बन्द हुनु हो; तिम्रो बाल्टी पहिलोपटक प्वाल नपरेको हुन पुग्यो, सबै प्वाल टालिएका छन्; अब बाहिर जान सक्दैनन्। अब सारा जीवन-ऊर्जा भित्रै रहन्छन्। भित्र त्यसको महासरोवर छ। बाहिरतिर बग्ने ऊर्जा त्यो महासरोवरमा मिसिन्छ।

तिमी र तिम्रा थोपाहरू भित्रको सागरमा डुब्न थाल्छन् । चिदात्म-सरोवरमा सजिलै डुबुल्की मार्न थाल्छन् । त्यही परमात्मा हो ।

बाहिर गएकैले तिमी रूमल्लिएका हौ; भित्र लागेपछि गन्तव्य भेट्छौ । तिमीले जसलाई बाहिर खोजिरहेका छौ त्यो तिमीभित्रै लुकेर बसेको छ । तिमी जसलाई खोजिरहेका छौ त्यो तिमी नै हौ; त्यसैले खोजेर फेला पार्न सकिरहेका छैनौ । तिमी जसलाई खोजिरहेका छौ, त्यो सधैंदेखि तिमीभित्रै विद्यमान छ, ऊ कहिल्यै पनि बाहिर थिएन। कठिनाइ यही हो । जटिलता यही हो । र त्यहाँ तिमी हेर्दैनौ । जहाँ तिमी हेर्छौ, त्यहाँ त्यो छँदै छैन । यसैले तिमी रूमल्लिन्छौ ।

मुल्ला नसरूद्दीन एकदिन आफ्नो घरको बाहिर, साँझपख दियो बालेर केही खोज्दै थिए । अरू मान्छेहरू पनि त्यहाँ आइपुगे। उनीहरूले सोधे, के खोज्दैछौ ? उनले भने, मेरो सियो हरायो। उनीहरू पनि सियो खोज्न थाले । केही समयपछि तिनीहरूमध्येको एक जनाले सोधे, ठाउँ निकै फराकिलो छ; सियो खसेको कहाँनेर ? सियो त साह्रै सानो हुन्छ । नसरूद्दीनले भने, त्यो सोध्दै नसोध । त्यो घाउलाई नकोट्याऊ । उनको कुरा सुनेर तिनीहरू सबै अचम्मित भए । तिनीहरूले सोधे, तिमी के भन्न खोज्दैछौ ? नसरूद्दीनले भने, सियो त घरभित्र हराएको थियो; तर हराएको ठाउँमा उज्यालो छैन, अध्याँरो छ । भयङ्कर अँध्यारो भएकाले त्यहाँ जान मलाई डर लाग्छ। रात पनि म बाहिरै बिताँउछु । दिउँसो कहिले-काहीँ भित्र जान्छु, राति भित्र कहिल्यै जान्न । अहिले रात परेकाले बाहिरै उज्याले ठाउँमा सियो खोज्दैछु । मानिसहरूले भने, तिमी पागल त भएनौ, नसरूद्दीन ! जुन वस्तु भित्र हराएको थियो, त्यसलाई बाहिर खोजेर कसरी भेटिएला ? नसरूद्दीन खित्खिताएर हाँस्न थाले र भने, मैले मात्र कहाँ हो र ? सबैले यसै त गर्छन्, जुन मैले गरिरहेको छु। जुन वस्तु भित्र हराएको थियो, अहिले पनि त्यसलाई मान्छेहरू बाहिर खोज्दैछन् । तीमध्ये कोही पनि पागल हैनन्, म मात्रै पागल हुँ र ?

के खोजिराखेका छौ तिमी ? खोज्न त पक्कै खोजिरहेकै छौ। के खोजिरहेका छौ ? खोजको सार-निचोड निकाल्ने हो भने तिमीले आनन्द खोजिरहेका छौ । कसैले धन खोजिरहेका होलान्; तर उनीहरूले पनि आनन्द नै खोजिरहेका छन् । कसैले प्रेम खोजिरहेको होला; तर त्यसले आनन्द खोजिरहेको छ । कसैले यश-कीर्ति खोजिरहेको होला; तर त्यसले पनि आनन्द नै खोजिरहेको छ । तिम्रा

खोजका नाम अलग-अलग होलान्, भित्र लुकेको एउटै सूत्र छ, त्यो हो आनन्द । तिमी आनन्द खोजिरहेका छौ । रक्सी खान भट्टीतिर जाँदै गरेको मानिस र मन्दिर जाँदै गरेको मान्छेको खोज एउटै हो- दुवैले आनन्द खोजिरहेका छन् । पुण्य गर्दैको मान्छे र पाप गर्दैको मान्छे, दुवैको खोज एउटै हो- दुवैले आनन्द खोजिरहेका छन् । खराब र असल, दुवै एउटै चीजको खोजमा लागेका छन् ।

तिमीले कहिल्यै सोध्यौ, आनन्दलाई मैले कहाँ हराएको छु भनेर । जहाँ हराएका छौ आनन्द तिमी त्यहीँ खोज । तर तिमी खोजिरहेका छौ त्यहाँ, जहाँ तिमीले हराएकै छैनौ । बाहिर यसलाई तिमीले अवश्य पनि हराएका छैनौ । भित्र नै कुनै स्वाद थियो र त्यो स्वादबारे पनि तिमी जानकार छौ ।

मनोवैज्ञानिकहरूले एउटा महत्वपूर्ण कुरा भन्ने गर्छन् र त्यो के हो भने बच्चा आफ्नी आमाको गर्भमा परम आनन्दको अवस्थामा हुन्छ । हुनु पनि पर्छ, किनभने त्यहा न कुनै चिन्ता, न कुनै दायित्व, न खानपिनको चिन्ता, न सर्दी-गर्मीको फिक्री, एकनासको अनुकुल टेम्प्रेचर आमाको पेटमा रहिरहन्छ । बाहिर वर्षा भइरहोस् कि जाडो होस् कि गर्मी होस्, बच्चाका लागि फरक पर्दैन । आमाको पेटमा बच्चाका लागि एकनासको न्यानो वातावरण भइराख्छ, रत्तीभर पनि फरक हुँदैन । बाहिरी मौसमको अदलीबदलीबाट कुनै अप्ठेरो पर्दैन । आमा पसिनाले निथ्रुक भइरहेकी होलिन्, तर बच्चाका लागि कुनै गर्मी हुँदैन, कुनै जाडो हुँदैन, कुनै वर्षा हुँदैन । आमा भोको भए पनि पेटको बच्चा कहिल्यै भोको हुँदैन । आमा कुन दशा भोग्दै छिन्, यसबाट कुनै फरक पर्दैन, बच्चो पूरा सुरक्षित हुन्छ । बच्चो तैरिरहन्छ ।

तिमीले क्षीर सागरमा विष्णुलाई समुद्रको सतहमा तैरदै रहेको देखेका छौ ? बच्चाको अवस्था पनि त्यही हो- हरेक बच्चोको अवस्था यस्तै हो आमाको पेटमा । क्षीरसागरमा जसरी विष्णु सुखपूर्वक सुतेका छन्, त्यसरी नै बच्चाहरू सुखपूर्वक सुतेका हुन्छन् । त्यो विष्णुको चित्र वास्तवमा गर्भको बच्चाको चित्र हो । विष्णुको नाभीबाट डाँठ निस्केर फूल फुलेको छ, त्यस्तै बच्चाको नाभीसँग आमा जोडिएकी छिन् । त्यहींबाट जीवनको स्रोत जोडिएको हुन्छ । सागरमा जल भएझैं, ठीक त्यस्तै जल आमाको पेटमा पनि हुन्छ । ठीक त्यही अनुपातमा आमाको पेटमा रहेको पानीमा नुन

हुन्छ, जुन अनुपातमा सागरमा हुन्छ। त्यसैले आमाको पेटमा जब बच्चा बन्छ, आमालाई नुनिला चीजहरू खाने उत्सुकता जाग्छ, किनभने आमाको शरीरको सम्पूर्ण नुनलाई पेटले तान्छ। त्यसैले नुन पूर्तिका लागि माटोसम्म खान थाल्छिन्, थोरै नुनको स्वाद आउने माटो उनलाई मन पर्छ। उनको शरीरको नुन गर्भतिर तानिन्छ।

वैज्ञानिकहरू भन्छन्, ठीक त्यही अनुपातमा हुन्छ, जुन सागरका पानीमा नुनको मात्रा हुन्छ। त्यहाँको जलमा बच्चा तैरिइराहन्छ- सुखसँग तैरिरहेको। कुनै चिन्ता छैन, कुनै दायित्व छैन, रून पनि पर्दैन। भोक लाग्नुभन्दा पहिले नै खाना पाइसक्छ। श्वास पनि बच्चा आफैंले लिदैन, ऊ आमाको श्वासबाट धड्किन्छ। बच्चो आमासँग जोडिएको छ, भिन्न छैन। अहिलेसम्म बच्चोमा अहंकार पनि छैन, आफ्नो अस्तित्वको ज्ञान पनि छैन। अहिले यति पनि थाहा छैन त्यसलाई ऊ अस्तित्वमा डुबुल्की मारिरहेको छ। यो क्षण उसले जुन आनन्द पाउँछ, त्यसकै खोजी ऊ जीवनभर गरिरहन्छ।

मनोवैज्ञानिकहरू भन्छन्, जीवनको खोज वस्तुतः पुनः गर्भको खोज हो। फेरि हामी लाख उपाय गर्छौं। तिमी गहिरिएर हेर त, ती उपाय त्यहीँ हो। राम्रो ओछ्यान खोज्छौ तिमी सुत्नका लागि। त्यो तब आरामदायी हुन्छ, जब करीब-करीब त्यसको तापमान त्यही हुन्छ, जुन आमाको गर्भमा थियो। तिमी जब ओछ्यानमा सुत्छौ, तिमी करीब-करीब त्यसरी नै खुम्चिएर सुत्छौ, जसरी आमाको पेटमा सुतेका थियौ। जति पनि राम्रोसँग सुत्नेहरू छन्, तिनीहरू करीब-करीब पेटको बच्चाझैं खुम्चिएर सुत्छन्। उनीहरू पुनः बच्चा भए।

तिम्रो सबै चेष्टा हुन्छ, कुनै दायित्व बोक्न नपरोस्, कुनै चिन्ता लिन नपरोस्। त्यसैले तिमी धन खोज्छौ। धन आफूसँग भएमा कुनै चिन्ता हुनेछैन, भोलिको फिक्री हुनेछैन। तिमी भित्र खोज्छौ चारैतिर, प्रेम खोज्छौ, ताकि ती सबै गर्भ बनून् र तिमी तिनीहरूका बीचमा सुरक्षित रहन सक। एक्लैमा तिमीलाई डर लाग्छ, किनभने चारैतिर नचिनेका, अपरिचित, शत्रुहरू छन्। मित्रहरूका बीच तिमीलाई आनन्द लाग्छ। तिमी आफ्नो घर बनाउँछौ। घरमा आफ्नै दुनियाँ बनाउँछौ। त्यसलाई तिमीले निकै गहिराइबाट हेर्‍यो भने तिमीले फेरि गर्भ निर्मित गर्‍यौ, आफ्नो चारैतिर पर्खाल बनायौ। तिमी त्यसभित्र सुरक्षित छौ।

बच्चोले आनन्दको कुनै अनुभूति बाल्यकालमा लिन्छ भने त्यो आमाको पेटमा-हरेक बच्चोले ! र फेरि जीवनभर त्यसैलाई नै खोजिराख्छ । यसैले जब तिमीलाई फेरि कुनैबेला त्यस्तो क्षण प्रप्त भयो भने, सानै भने पनि झलक पायौ भने, तिमी खुशी हुनेछौ । तिम्रा सबै खुशीहरू त्यसैको झलक हो । मनोवैज्ञानिकहरू भन्छन्, मोक्षको खोज वस्तुतः गर्भको खोज हो । जुन दिन यो सम्पूर्ण अस्तित्व तिम्रा लागि गर्भजस्तो होला; तिमी यसमा फेरि डुबुल्की मार्नेछौ; तिम्रो अहंकार बिलाएर जानेछ; न तिम्रो कुनै चिन्ता बाँकी रहन्छ, न कुनै फिक्री हुनेछ, तब तिमी पुनः आनन्दमा पुग्नेछौ । त्यो आनन्द तिमीभित्र नै छ । त्यसलाई तिमी बाहिर खोजिरहेका छौ, यसैले त्यो भेट्न असम्भव छ ।

आसनस्थ आवस्थामा वा ध्यानको अवस्थामा तिम्रो शरीर तिम्रा लागि गर्भ बन्न पुग्छ । आसनस्थ आवस्थामा, सबै क्रियाहरू शान्त भएर जान्छन्, सबै विचार हराएर जान्छन् अनि तिम्रो शरीर र मन दुवै परिधि बन्न पुग्छन् । तिनीहरूका बीचमा तिमी पुनः गर्भमा प्रविष्ट भयौ । यसैले हामी ध्यानी व्यक्तिलाई द्विज भन्छौं, त्यसको फेरि अर्को जन्म भयो । त्यसको नयाँ जन्म भयो । ऊ आफ्नो गर्भबाट गुज्रियो । पहिलो जन्म माता र पिताबाट पाइन्छ; अर्को जन्म तिमीले स्वयम् आफूले दिनुपर्ने हुन्छ । त्यही दोस्रो जन्मले तिमीलाई द्विज बनाउँछ ।

'आसनस्थ अर्थात् स्व-स्थित व्यक्ति सहजै चिदात्मसरोवरमा डुबुल्की मार्न सक्छ ।'

फेरि चेतनाको सागर छ । जब शरीरकै सागरमा यति धेरै रस हुन्छ भने चेतनाको सागरमा अझ कति रस होला ! तिमी त्यस गणितबारे अनभिज्ञ छौ । त्यो अनन्त-अनन्त गुना बढी छ । त्यसको कुनै सीमा छैन । तिमीले आमाको शरीरमा जुन रसलाई थोरै भए पनि गर्भमा रहँदा थाहा पाएका थियौ, त्यो शरीरमा डुबुल्की मार्नुको थियो । जुन दिन तिमी आत्मामा डुबुल्की मारौला, त्यस दिन तिमीले जुन रस थाहा पाउने छौ, त्यही आनन्द हो । त्यही परम् रस हो । त्यसलाई हिन्दुहरूले ब्रह्म भनेका छन् । त्योजस्तो स्वाद अरू कुनै हुँदैन । त्यही सच्चिदानन्द हो ।

'आत्म-निर्माण अर्थात् द्विजत्वलाई पाउँछ ।'

जसरी डुब्न पुग्छ भित्रको सागरमा, त्यस्तै द्विज हुनपुग्छ र पहिलोपटक आत्माको जन्म हुन्छ । अहिलेसम्म तिम्रो आत्मा बीज

अवस्थामा नै छोपिएर रहेको छ-विद्यमान छ र छैन पनि। विद्यमान छ बीजभैं, वृक्षभैं होइन। अहिले तिमी केवल सम्भावना हौ, एक आशा हौ। अहिले तिमी केही भएकै छैनौ। यही तिम्रो कष्ट हो। यही तिम्रो पीडा हो। यसैबाट तिमी काँमिरहेका छौ, व्याकुल छौ।

यो सारा पीडा, ठीकसँग बुझ्यौ भने यो जन्मको पीडा हो। जबसम्म तिम्रो दोस्रो जन्म हुँदैन, यो पीडा जारी रहन्छ। जसको दोस्रो जन्म भयो, त्यसको पहिलो जन्म बन्द हुन्छ; त्यसको कुनै जरूरत रहँदैन। आन्यथा तिमी फेरि-फेरि जन्मिने छौ शरीरमा, फेरि-फेरि फिर्ता आइरहने छौ। तिमी द्विज भयौ भने फेरि तिमीलाई आउने जरूरतै पर्दैन।

हामी ब्राह्मणलाई द्विज भन्छौं। राम्रो हो द्विजलाई ब्राह्मण भन्नु; तर सबै ब्राह्मणहरू द्विज हुँदैनन्, तर सबै द्विज ब्राह्मण हुन्। ब्राह्मणको घरमा जन्मनुले कोही पनि ब्राह्मण बन्दैन। जबसम्म ब्रह्मबाट जन्मिँदैन, तबसम्म कोही पनि ब्राह्मण हुँदैन; जबसम्म डुबुल्की मारेको हुँदैन ब्रह्ममा, तबसम्म कोही पनि ब्राह्मण हुन सक्दैन।

हिन्दुहरूको एउटा ज्यादै अनौठो सिद्धान्त छ। उनीहरू भन्छन्, जन्मले सबै शूद्र हुन्, त्यसबाट थोरै मात्रले ब्राह्मणत्व पाउँछन्। जन्मँदा सबै शूद्र हुन्छन्, चाहे कोही ब्राह्मणको घरमा जन्मेको होस् वा शूद्रकहाँ। जन्मँदा सबै शूद्र हुन्छन्। त्यसैले ब्राह्मणको बच्चोलाई हामी व्रतबन्ध गराउँछौ; त्यो केवल औपचारिकता हो। त्यो यो कुराको सूचना हो, अब तिमी शूद्र रहेनौ, अब ब्राह्मण भयौ। जन्मले तिमी शूद्र थियौ, तिम्रो घाँटीमा अब हामीले जनै हालिदियौं, अब तिमी ब्राह्मण भयौ।

यति सजिलो छैन ब्राह्मण हुन, घाँटीमा धागो हाल्दैमा ब्राह्मण होइदैन। ब्राह्मण हुनु यो जगत्मा सबैभन्दा कठिन प्रक्रिया हो; त्यो आत्म-निमज्जन अथवा डुबुल्कीसँग सम्बन्धित हुन्छ। स्वयम्लाई जसले जन्म दिन्छ, ऊ द्विज, ऊ ट्वाइस बर्न, उसको पुनर्जन्म भयो। अब ऊ स्वयम् नै आफ्नो पिता हो र स्वयम् नै आफ्नो माता हो; अब अरूबाट जन्मिएको होइन। अब संसारसँग उसको सम्बन्ध टुट्यो। अब ब्रह्मसँग उसको सम्बन्ध जोडियो।

यो सूत्र भन्छ ध्यान बीज हो। जो आसनस्थ भयो, जो ध्यानस्थ भयो, उसले आत्ममा डुबुल्की मार्न सक्छ। यो डुबुल्कीबाट आत्माको जन्म हुन्छ, द्विजत्वलाई प्राप्त गर्छ।

सस्ता कुराहरूमा भुलेर नबस। जनैलाई समातेर बसिनराख। हरे, यति सस्तो र सजिलो छ ब्राह्मण हुन ? तर हामी सधैं सस्तो तरिका निकाल्ने गर्छौं र मनलाई सम्झाउने कोशश गर्छौं। कहिलेसम्म सम्झाउने मनलाई ? सम्झाउँदैमा सत्य मिल्ने होइन। सबै झुटा आशाहरू छोड। सबै जनै यज्ञका धागाहरूलाई चुडालिदेऊ। तीबाट कत्ति केही प्राप्त हुने छैन। असली जन्म चाहिँन्छ। असली जन्म उत्पन्न हुनेछ, जब तिमी स्वयम् आफ्नो लागि गर्भ बन्न सक। आसनस्थ शरीर र ध्यानस्थ मनले गर्भ निर्माण गर्छ।

जिसससँग निकोडेमसले सोधे, कहिले म प्रभुको राज्यमा पुग्न पाउँछु ?

जिससले भने, जब तिमी मर्छौ र फेरि जन्मन्छौ। तिमी जस्ता छौ, यस्तैमा मेटिएर जाऊ; र तिमी जस्तो हुन सक्छौ, त्यस्तै फेरि जन्म; तब तिमीले मेरो प्रभुको राज्यमा प्रवेश पाउने छौ।

बिल्कुलै साफ छ- बीजकै भाँती मेटियू र वृक्षकै भाँती बन्न सक। जस्तो तिमी अहिले छौ- केवल एक सपना र एक आशा, एक सम्भावना कि कुनैबेला परमात्मा तिमीमा फलित हुन सक्छन्, तर त्यो भएको छैन- यस सम्भावनालाई पुरेर राखिदेऊ, बीजलाईझैं जमीनमा गाडिदेऊ।

के को डर छ ? बीजलाई डर लाग्छ, म मेटिएर जान्छु कि भन्ने। बीजको कष्ट प्रस्टै बुझिन्छ। कुनै निश्चित छैन वृक्ष हुने हो कि होइन। बीजले कहिल्यै वृक्षलाई देख्न पनि पाउने छैन; किनभने ऊ समाप्त भएपछि मात्र ऊ वृक्ष हुनेछ। बीजसँग कहिल्यै भेट पनि हुनेछैन वृक्षसँग, कहिल्यै भएको पनि छैन। बीजले कसरी पक्का भरोसा गरोस् म मेटिन्छु र विराटमा जन्म हुनेछु भनेर। बीजलाई त यही भान परिरहेको छ म जे छु, यही पनि हराएर जानेछ। के थाहा विराट होइने हो कि होइन ?

यही नै तिम्रो पनि पीडा हो। बुद्ध, महावीर, शिवकहाँ पुगेपछि पनि तिम्रो यही पीडा हुनेछ। तिमी पनि यही नै सोध्छौ, जे अहिले

छ, यो हराएर नजाओस् ! जे तिमीले भनिरहेका छौ, त्यो नभएमा फेरि !

डर स्वाभाविक छ । त्यसैले सद्‌गुरूकहाँ पुग्दा डर लाग्छ । जुन गुरूकहाँ पुग्दा डर आउँदैन, उनी केवल दुई कौडीका हुन् । त्यहाँबाट त ठाडै खुट्टा फर्किनु बेस्; किनभने सद्‌गुरूकहाँ पुग्दा डर लागेर आउँछ नै । उनैले तिमीलाई भयभीत पार्छन; किनभने उनी मृत्युजस्तै लाग्छन् । उनले तिमीलाई मेटाउन सक्छन् । जसै तिमी मेटिन थाल्यौ भने मनले भन्नेछ, फर्किहाल् यहाँबाट । मनले भन्यो, फर्किहाल, यहाँबाट भाग, तिमी त्यहाँबाट नफर्क । जहाँ मनले भन्नथाल्यो पख्, यहाँ कति प्यारो सत्सङ्ग चलिरहेको छ, अनि त्यहाँबाट तिमी फर्किहाल्नू । जहाँ रहँदा मन भयभीत बन्छ, त्यहाँ बुझ केही न केही घटित हुन लागेको छ । किनभने बीज त्यहाँ डराउँछ, जहाँ मेटिएर जानुपर्ने अवस्था आउँछ, त्यसभन्दा पहिले ऊ डराउँदैन ।

त्यसैले पुरेतसँग तिमीलाई कुनै भय हुँदैन । मन्दिरसँग तिमीलाई कुनै डर हुँदैन । काशीमा तिमीलाई कुनै भय लाग्दैन, मजासँग निर्भय भएर घुम्न सक्छौ । बोधगयामा तिमीलाई मेटाउने अब कोही पनि छैन, न गिरनारमै, न शिखरजीमा, न काबामा, न जेरूसेलममा- ती सबै ठाउँमा तिमी मजाले हिंडडूल गर्न सक्छौ । तिम्रा सबै तीर्थ मरिसके; मरेरै जान्छन्, किनभने तीर्थहरूमा कहाँ प्राण हुन्छन्, तीर्थङ्करहरूमा यो प्राण हुन्छ । तीर्थङ्कर बिलाएर गइसके, फेरि तिमी तीर्थ बनाउँछौ ? त्यो मरिसकेको तीर्थ हो, त्यो लाश हो । त्यसले तिमीलाई बीजलाई माटोमा मिलाएझैं मेटाउन सक्दैन । कुनै मरेका गुरूले तिमीलाई मेटाउन सक्दैनन् । यसैले मरेका गुरूहरूलाई मनले निकै पूजा गर्छ । महावीरको पूजा गर्नमा तिमीलाई निकै रस आउँछ; किनभने तिमीलाई राम्रैसँग थाहा छ, ढुङ्गोको मूर्तिले के बिगार्न सक्छ र ! त्यो मूर्तिलाई आफैंले किनेर ल्याएको हो; आफ्नै मुठीमा हुन्छ, जुन दिन चाह्यो त्यसै दिन टिपेर फ्याँक्न सकिन्छ ।

हिन्दूहरू निकै होशियार छन् । उनीहरू माटोको मूर्ति बनाउँछन् र दुई हप्ता, तीन हप्तापछि नदीमा सेलाएर आउँछन् । एउटा कुरा निश्चित छ, हामी नै निर्माता, हामी नै संहारक । तिमीले हाम्रो के बिगार्न सकौला ? पूजा गर्छौं हाम्रै खुशी । तिमी हाम्रा खेलौना हौ । खेलौनाभन्दा बढी तिम्रो मूल्य छैन ।

महावीर, राम, कृष्ण छैनन् त्यसैले उनीहरूको पूजा बढी हुन थालेको छ । जिउँदो व्यक्तिसँग तिमी डराउँछौ । तीर्थङ्करसँग डर मान्छौ; तीर्थ जानेचाहिँ तिमीलाई ठूलो रहर छ, त्यसो गर्दा तिमीलाई आनन्द आउँछ । हेर तिमी, त्यहाँ कुम्भको मेलामा करोडौं मान्छे एकत्र हुन्छन् । महावीर, बुद्ध र कृष्णका वरपर करोडौं मानिसहरू एकत्र हुन्थे र ? कहिल्यै भएनन् । कुम्भ तिम्रो घरमा आउँदैन, तिमी नै कुम्भमा पुग्छौ । बुद्ध र महावीरले तिम्रै घर दैलोमै आएर सङ्केत दिन्छन्, त्यसबखत पनि तिम्रो दैलो लागेको हुन्छ । उनीसँग डर मान्छौ, किनभने उनी खतरनाक लाग्छन् । यसले भन्छ, बीजझैं मेटिएरै जाऊ, ताकि वृक्ष बन्न सक ।

त्यसैले आस्था र श्रद्धाको मूल्य हुन्छ । तिमी तर्कबाट चल्छौ भने तर्कले यही भन्छ- पहिला तिमी जे हुन सक्छौ, त्यसको पक्का आश्वासन र ग्यारेन्टी गर । ठीकै भनाइ हो तर्कको, पहिले त्यसको पक्का ग्यारेन्टीहोस् जे तिमी हुन सक्छौ, बल्ल तिमी त्यसलाई छोड जे तिमी छौ । कहीँ यस्तो नहोस् नक्कली वस्तुको आशामा हातको असल गुमेर नजाओस् । कहीँ यस्तो नहोस्..... तर्कले सधैं भन्छ हातको आधा रोटी आशाको सिङ्गो रोटीभन्दा सर्वोत्तम हुन्छ । हातमा आधा त छ । तिमीले यो आधा रोटीलाई त्यसबखत मात्र छोड जब तिमीले सिङ्गो रोटी पाउँछौ । तिमीले तर्कलाई मानेर हिंड्न थाल्यौ..... र तर्कले एकदम ठीक भन्दैछ ।

मुल्ला नसरूद्दीन पौडी सिक्न चाहन्थे । उनले गाउँका एकजना गुरूलाई भेटे । उनले भने, मलाई पौडन सिकाइदिनोस् । उनले भने, आऊ, अहिले म नदीतिरै जाँदैछु ।

तर संयोग नै भन्नुपर्छ, गोडा चिप्लियो मुल्लाको सिँढीमा । दुई-चारपटक डुबे । बाहिर निस्केर बेपत्तासँग भागे । गुरू पनि पछिपछि दगुर्नथाले, ए ! कहाँ जानलाग्यौ, सिक्न आएका थियौ ? नसरूद्दीनले भने, पहिला सिकाइदिनोस्, अनि बल्ल पानीमा खुट्टा राख्छु । जबसम्म पौडन सिक्दिन, पानीमा खुट्टो हाल्दिन म । गुरूले भने, तब तिमीले सिक्न मुश्किल छ, किनभने पानीमै खुट्टो नहाली तिमी सिक्छौ कसरी ? नसरूद्दीनले भने, अब भयो । त्यो भूल एकपटक भयो, अब यस जीवनमा दोस्रोपल्ट हुने छैन ।

तिमी जब तर्क गर्छौ, तर्कले यही भनिरहेको छ, र तर्कले बिल्कुलै ठीक भनिरहेको छ । नसरूद्दीनले पनि त्यही भनिरहेका छन्,

पानीमा तब पस्छु, जब पौडिन जान्ने हुन्छु; किनभने त्यसै पस्नु खतरनाक छ। उनी डुब्छन्, बचे संयोग हो, बच्दैनथे ! पौडिन ठीकसँग सिके भने, तब !

एकदिन नसरूद्दीन सडक किनारमा उभिएका छन्। उनकी पत्नी कारमा बसेकी छिन्। उनी पत्नीलाई कार हाँक्न सिकाइरहेका थिए। केहीबेरसम्म मैले हेरिरहें। किनारै-किनारा दौडँदै भन्दैछन्, बायाँ ! क्लचलाई थिच गियर बदल्दा ! मैले भनें, नसरूद्दीन ! धेरै मान्छेले गाडी चलाएको र सिकाएको देखेको थिएँ, तर बाहिरबाट कसैले पनि सिकाएको देखेको थिइन। उनले भने, गाडीको बीमा छ, मेरो छैन। मभित्र पस्दिन नि।

तर्कले सधैं बीमा माग्छ। त्यसले माग्छ ग्यारेन्टी। बीजले पनि ग्यारेन्टी माग्छ, भन्छ के ग्यारेन्टी छ वृक्ष हुने छ ? बीजलाई कसरी भरोसा दिने ?

त्यसैले श्रद्धाको मूल्य छ। भरोसा दिनसक्ने कुनै उपाय छैन। श्रद्धा अँध्यारोमा छलाङ्ग हो। त्यसैले श्रद्धालुहरू पुग्छन् र तर्कनिष्टहरू कहिल्यै पुग्न सक्दैनन्। बुद्धिले भट्काउँछ, हृदयले पुऱ्याउँछ। जब तिमी प्रेम गर्छौ, तिमी बुद्धिलाई बेवास्ता गर्छौ। जब तिमी प्रार्थना गर्छौ, त्यसबखत पनि बुद्धिलाई बेवास्ता गर्छौ भने बल्ल फलिभूत हुनेछ। तिमीले बुद्धिलाई बेवास्ता गर्न सकेनौ भने कुरा बिल्कुलै ठीक भएजस्तो लाग्छ, शत प्रतिशत ठीक लाग्छ, किनभने बुद्धि सधैं तर्कबाट चल्छ, तर अन्तिम परिणाममा सबै व्यर्थ निस्कन्छ। बीज बीजै रहन्छ र त्यो कुहिंदै जान्छ।

तिमीले एउटा कुरामा ध्यान राख, जुन तिमीसँग छ, वस्तुतः हो केही ? बीजसँग छ के ? तिमी नसोध वृक्ष बन्छ कि बन्दैन भनेर। तिमी यो सोध बीजसँग छ के जुन तिमी हराउला कि भन्ने डरमा छौ ? तिमीसँग के छ जसलाई तिमी हराउला भन्ने डरमा छौ, यो सोध। श्रद्धाले सधैं यही सोधिराख्छ। श्रद्धाले यो सोध्छ, मसँग त्यस्तो के छ जुन हराउँछ कि भन्ने डर होस् ? छ केही तिमीसँग जुन हराउला अर्थात् केही हरायो भन्ने लाग्ला ? त्यस्तो केही पनि छैन। चिन्ता होला, दुःखहोला, संताप होला, उदासी होला, तर यी हराउनुमा के डर हुन्छ ? आनन्द छ तिमीसँग ? कुनै यस्तो नृत्य तिमीले जानेका छौ, जसलाई तिमीले हराउनु नपरोस्, दरिद्र भई नहालौला ? तिमीसँग त्यस्तो केही पनि छैन। तिमी त्यो नाङ्गो

मान्छे जस्तै हौ जसले नुहाउन सक्दैन, किनभने ऊ भन्थ्यो, लुगा धोएँ भने सुकाउँला कहाँ ? लुगै थिएन, धुने त सवालै रहेन । तर सुकाउने चिन्ताले मनलाई घेरिराख्थ्यो ।

तिमीसँग हराउनका लागि कुनै पनि वस्तु छैन र पाउनका लागि यावत वस्तु छन् । यो श्रद्धा हो । श्रद्धाले सधैं हेर्छ मसँग के छ भनेर ? तर्कले सधैं विचार गर्छः के होला भविष्यमा भनेर ? तर्क भविष्यतिर उन्मुख भइरहन्छ । श्रद्धा वर्तमानमा हेर्छ के छ मसँग भनेर ?

मकहाँ मान्छेहरू आउँछन् । उनीहरूसँग म भन्ने गर्छु, मार छलाङ्ग संन्यासमा, त्यहीं डुब ! उनीहरू भन्छन्, एक वर्षपछि । जस्तो कि मैले उनीहरूबाट केही खोस्दैछुः जस्तो कि उनीहरू एक वर्षलाई हिम्मत जुटाउने छन् । उनीहरू भन्छन्, केही समय पर्खनोस्, अहिले अप्ठेरो छ । जस्तो कि मैले उनीहरूलाई केही त्याग गर्नलाई भनिरहेको छु । उनीहरूसँग केही पनि छैन; रत्तीभर पनि छैन । सम्पदाको नाममा कुनै केही सम्पदा छैन; दीनता र दरिद्रताबाहेक अरू केही पनि छैन । म उनीहरूलाई संन्यासको महिमामा डुबाउन चाहन्छु । मैले उनीहरूबाट कुनै केही खोस्न खोजिरहेको छैन; उनीहरूलाई केही दिंदैछु । किनभने संन्यासलाई म त्याग भन्दिनँ, परम भोगको द्वार भन्ने गर्छु । संन्यासी भएपछि तिमी पहिलोपटक सम्राट बन्नेछौ ।

तिमीले आफ्नो भिखारीपनलाई सम्पदा सम्झिरहेका छौ । जब म कसैलाई भन्छु, मार छलाङ्ग संन्यासमा, ऊ यसरी हेर्छ मतिर मानौं मैले केही खोस्न खोज्दैछु । म चकित हुन्छु । तिमीसँग केही हुन्थ्यो त कुरा पनि ठीकै थियो । कुनै केही पनि तिमीसँग छँदै छैन । जे तिमीसँग छ, सर्प-बिच्छी छन्; फोहर-फोहरसम्म पनि छैन । सिवाय दुःख, चिन्ता र पीडाभन्दा अरू तिमीसँग केही छैन । त्यसलाई पनि तिमी छोड्दैनौ; तिनैलाई पनि तिमी समातिराख्छौ । कारण के हो ?

अहँ, तिमी त्यसतर्फ हेर्दैनौ । तिमी के पाइन्छ भनेर हेर्छौ ?

मानिसहरू मसँग सोध्छन्, ध्यान गर्नाले के पाइन्छ ? बस्, यहींनेर भूल भयो । म उनीहरूलाई नै सोध्न चाहन्छु ध्यान नगर्नाले के पाइन्छ ? के पाइन्छ, यसको कुनै विश्वासिलो उत्तर छैन; किनभने भविष्य अज्ञात छ र बीजको मिलन वृक्षसँग कहिल्यै हुँदैन । बीज बीज नै रहन्छ । अब बीजलाई हामीले त्यसको भविष्यसँग

कसरी मिलाउन सक्छौं ! बीज नष्ट हुन पुग्यो भनेमात्रै वृक्ष हुनेछ। जब वृक्ष बन्छ, त्यो बेलासम्म बीज रहने छैन। हामीले त्यसलाई फेरि देखाउन पनि सक्दैनौं, हेर यो बीज हो भनेर। यो निकै कठिन कुरा हो। कसरी तिमी बीजलाई देखाउन सक्छौ वा फेला पार्छौ ? जबसम्म तिमी बीज हौ, तबसम्म तिमी बीज हौ; जब तिमी वृक्ष हुनेछौ, त वृक्ष हुनेछौ। बीज र वृक्षको मिलन कहिल्यै हुँदैन। अहिले तिमी माग्छौ भविष्यको ग्यारेन्टी। कसलाई दिने ? यो बीज त बच्ने छैन; तिमी त बच्न् छैनौ।

श्रद्धालु पुरुषहरूले सोध्छन्, के छ मसँग भनेर। हेर्छन्, पाउँछन्, कुनै केही पनि छैन। नाङ्गो छु, निचोर्न डराएको छु। यो बोध आओस्, मसँग कुनै केही छैन, फेरि तिमी अज्ञातको यात्रामा निस्कन तयार भयौ, हराएर जाने कुनै डर रहेन। केही पाइएमा ठीक, कुनै केही नपाइए पनि ठीक; हराएर जाने डर रहेन। तिमी जस्ता छौ, यसभन्दा खराब त हुनै सक्तैनौ। तिमी सोच्दा हौ यो पनि हुन सक्छ ? मानिसहरू छन्, जो सधैंजसो यही डरमा हुन्छन् कतै यो भन्दा पनि गएगुज्रिएको हालत नहोस्।

मुल्ला नसरूद्दीनको थेगो थियो योभन्दा पनि खराब हुन सक्थ्यो। उनी जब कुराकानी गर्थे, या कसैले केही भन्थ्यो, उनी यहीँ भन्थे, योभन्दा पनि खराब हुन सक्थ्यो। उनको कुरा सुनेर मानिसहरू वाक्क भइसकेका थिए। यस्तो कुनै कुरा नै हुन्नथ्यो जसमा यो नभनुन् कि योभन्दा पनि खराब हुनसक्थ्यो। एकदिन यस्तो घट्ना घटित हुन गयो टोलमा मान्छेहरूले भन्नथाले अब यसलाई फसाइदिऊँ। फेरिफेरि यो थेगो भन्नै नपाओस्।

यस्तो भयो मुल्ला नसरूद्दीनका छिमेकी बाहिरतिर गएका थिए र दुई दिन पहिले फर्किएका थिए। एकाएक घर पुगे, देखे घरमा नौलो मान्छे छ, पत्नी त्यसको प्रेममा रहिछे। उनले बन्दुक चलाएर दुवैको हत्या गरिदिए। मुल्ला नसरूद्दीन बिहानै निस्किएका थिए घरबाट, छिमेकीहरूले घेरिहाले नसरूद्दीन, सुन, अब तिम्रो थेगोको कुनै उपाय रहेन। दुवै मरे। मुल्ला नसरूद्दीनले भने, योभन्दा पनि खराब हुन सक्थ्यो। मान्छेहरू छक्कै परे। उनीहरूले सोधे, योभन्दा पनि खराब के हुन सक्थ्यो ? नसरूद्दीनले भने, ऊ एकदिन अघि फर्केको भए म मरेको हुन्थें।

तर म तिमीलाई भन्छु, योभन्दा खराब हुनै सक्तैन। तिमी यो थेगोलाई छोडिदेऊ। तिमी जस्ता छौ, यो त खराब भन्दा खराब दशा हो; अरू के खराब हुन सक्छ ?

श्रद्धाले सधैं सोच्छः मसँग के छ ? बीजसँग के छ ? एउटा खोल हो बीज। बीजसँग कुनै केही छैन। हुन सक्छ केही; तर त्यो हुन्छ, जब खोल च्यातिन्छ। तिमी एक खोल हौं; खोल च्यातिन देऊ। तब मात्र सबका सब सम्भव हुन जान्छ। परमात्मा तिमीभित्र सम्भव हुन्छन्।

यसैले शिव भन्छन्: ध्यान बीज हो। जब बीज नष्ट हुन्छ, तिमीले द्विजत्व पाउनेछौ।

'विद्याको अविनाश, जन्मको विनाश हो।'

जुन दिन तिमीभित्र द्विजता फलित हुनेछ, नयाँ जन्म हुनेछ, त्यसपछि तिमीभित्र विद्याको विनाश कहिल्यै हुने छैन; ज्ञान सतत बगिरहनेछ; ज्ञानको धारा हुनेछौ तिमी; तिम्रा सबै चीज ज्ञान बन्नेछन्। ध्यानको बीज जब अङ्कुरित हुन फुट्नेछ, तब तिमीभित्र चेतना नै चेतना रहनेछ। तिमी एक होस, एक साक्षी-भावमा रूपान्तरित हुनेछौ र विद्या जहाँ अविनाश छ, जहाँ विद्या नष्टभएर जाँदैन......।

अहिले तिम्रो चेतना शून्य बराबर छ, छँदै नै छैन। तिमी यसरी बाँचेका छौ, जस्तो सुतेझैं। अहिले तिमीले जे गरिरहेका हुन्छौ, त्यसमा पनि तिमीले होसपूर्वक गर्दैनौ।

बुद्धको अगाडि कोही बसेको थियो। ऊ बसेर आफ्नो खुट्टोको बूढी औंलो हल्लाइरहेको थियो। बुद्धले भने- मेरा भाइ, यो खुट्टोको औंलो किन हल्लाइरहेका छौ ? जसै बुद्धले यसो भने, उसले हल्लाउन छोड्यो। उसले भन्यो, मलाई नै पत्तो छैन। तपाईंले सोधेर मुश्किलमा पार्नुभयो। मैले जानेबुझेर हल्लाएको थिइन; बस हल्लिइराखेको थियो। बुद्धले भने, तिम्रो जिन्दगी पनि यस्तै नै हो।

तिमीले जानेर के गरेका छौ ? जानेर क्रोध गर्‍यौ ? जानेर प्रेम गर्‍यौ ? जानेर लोभ गर्‍यौ ? जानेर मोह गर्‍यौ ? तिमीले जानेर गर्‍यौ ? बस् खुट्टाको औंलो हल्लिइरहेको छ बेहोशीमा, यस्तै तिम्रो पूरा जिन्दगी हल्लिरहेको छ। घर पनि बसायौ, परिवार पनि छ, बच्चाबच्ची पनि जन्मिए; जानेर तिमीले के गर्‍यौ ? सबै भइराखेको छ। तिमी यन्त्रवत भइराख्नु पर्नेमा फँसेका छौ। होशपूर्वक तिमीले

के गरेका छौ जिन्दगीमा ? कुनै एउटा काम बताऊ जुन तिमीले होशपूर्वक गरेका छौ ? जुन तिम्रो चेतनाबाट निस्केको होस् ?

अहँ, एउटा पनि काम तिमीले देखाउन सक्दैनौ, जुन तिमीले होशपूर्वक गरेको होस् ।

कसैसँग प्रेम हुन गयो, भइदियो; त्यो तिमीले गरेका होइनौ । झगडा कसैसँग भइदियो; तिमीले गरेका होइनौ । मान्छेहरूलाई देख्छौ, देख्नासाथ तिमीले निर्णय लिन्छौ-तीमध्ये कुनै राम्रा लाग्छन्, कुनै खराब लाग्छन् । तर होशपूर्वक कुनचाहिँ राम्रो छ, कुनचाहिँ खराब छ ? तिमी भन्न सक्दैनौ ।

तिमी जिन्दगीमा जे बनेका छौ, त्यो संयोगको दुर्घटना जस्तो लाग्छ । तिमी होशपूर्वक चलेकै छैनौ । घटनाहरू घटित भइरहेका छन्, तिमी मूर्छित बनेर बगेर गइरहेका छौ । तिमी नदीमा बगेको त्यान्द्रो जस्तै हौ; लहरले जता लैजान्छ, तिमी त्यतै जान्छौ । हुन सक्छ, त्यान्द्रोले पनि सोच्दो हो म यात्रा गर्दैछु । यस्तै नै तिमी पनि सोच्छौ होला तिमीले केही गरिरहेका छौ । कर्ता हुँ भन्छौ कसरी जब तिमी होशमा नै छनौ ?

यो सूत्रले भनेको छः विद्याको अविनाश तब हुन्छ जब ध्यानको बीज प्रस्फुटित हुन्छ र तिमीभित्र सतत स्फुरण चेतना विद्यमान भइराख्छ । सुत्दा समेत तिमी कहिल्यै सुतेका हुँदैनौ । उठ्दा-बस्दा, तिमी कहिल्यै सुतेका हुँदैनौ । तिमीभित्र होश विद्यमान भइराख्छ । तिमी प्रेम गर, त्यो पनि होशपूर्वक । तिमी भोजन गर, त्यो पनि होशपूर्वक हुनुपर्छ । तिमी उठ्छौ, हल्लिन्छौ, त्यो पनि होशपूर्वक हुनुपर्छ । तिम्रा सम्पूर्ण जीवन होशकै विस्तार हुनेछ । त्यसैलाई हामी बुद्धत्व भन्छौं । बुद्धत्वको अर्थहोः जुन मान्छे जागरणमा बाँचिरहेको छ ।

विद्याको अविनाश ! अब विद्या विनष्ट हुँदैन । अब ज्ञान कहिल्यै फिका भएर जाँदैन । अब भित्रको ज्योति कहिल्यै मन्द हुँदैन । बलिरहन्छ सतत, एकनाश, अकम्प । जब यस्तो घटित हुन्छ-ध्यानको बीज फुटेर अविनाशी विद्या बन्न पुग्छ, सतत चैतन्य तिमीभित्र प्रवाहित हुनथाल्छ तब जन्मको विनाश हुन्छ । त्यसपछि तिम्रो कहिल्यै जन्म हुँदैन । फेरि तिमी शरीरमा फर्किएर आउँदैनौ ।

मृत्युपछि तिमी मूर्च्छाकै अवस्थामा शरीरमा फिर्ता आउँछौ । तिमी सुतेका छौ, त्यसैले बारम्बार शरीरमा आइरहन्छौ । शरीरमा

आइरहनु तिम्रो बेहोशीको कारण हो । जुन दिन तिम्रो होश होला, शरीरको यात्रा बन्द भएर जानेछ । तब तिमी यो सङ्कीर्ण शरीरमा आउने छैनौ । किनभने यो एउटा कारागृह हो; होशपूर्वक कोही पनि यहाँ आउँदैन । यो एउटा बन्धन हो । यो मोटो फलामको साङ्लो हो, तिमी आफैंले आफ्ना हातहरू चारैतिर बाँधेका हौ । यो कैद हो, यो दासता हो । यसमा तिमी जानीजानी किन आउन चाहन्थ्यौ ! न जानेर नै तिमी आएका हौ । अँध्यारोमा भट्किएका छौ । जुनदिन तिम्रा आँखा ज्योतिपूर्ण होलान्, शरीरमा आउन बन्द हुनेछ ।

फेरि शरीरमा नआए तिमी कहाँ हुनेछौ ? तिमी विराट अशरीरकै हिस्सा हुन पुग्नेछौ । त्यसलाई हामी ब्रह्म भन्छौं; कसैले परमात्मा भन्छन्, कसैले निर्वाण, कसैले मोक्ष । शब्द जुन दिए पनि कुनै अन्तर पर्दैन । धर्ममा शब्दभन्दा बढी अरू कुनै चीजको भेद छैन । सबै शब्दहरू सही छन्, किनभने कुनै एक-एक गुणले त्यो परम् स्थितिबारे बताउँछ ।

निर्वाण शब्दको अर्थ होः दियो निभ्नु । बुद्धलाई त्यो शब्द प्रिय लाग्थ्यो । उनी भन्थे, दियो निभ्छ, तर सोध दियोको ज्योति कहाँ गयो ? के भन्छौ, कहाँ गयो होला ? अब तिमीले ज्योतिलाई कहीँ पनि इसारा गरेर भए पनि बताउन सक्दैनौ । होला नि त कहीँ । किनभने यस अस्तित्वमा जे छ, नष्ट भएर जाँदैन । जुन छ, त्यो छ; जुन छैन, त्यो छैन । जुन छैन, त्यसको हुनुको उपाय नै हुँदैन; जुन छ, त्यो नष्ट भएर जाने उपाय छैन । त्यो कहीँ न कहीँ ज्योति रूपमा होला । तिमीले दियोलाई फुकेर निभाइदियौ, ज्योति हराएर जाने चीज होइन; जान्छ कहाँ हराएर ? त्यो विराटमा एकाकार भयो ! अहिलेसम्म त्यसको रूप थियो, अब अरूप भयो ! दियोबाट छुट्कारा मिल्यो । यसको अर्थ यो होइन कि ऊ हरायो ।

माटोको दियो थियो; ज्योति त बिल्कुलै भिन्न थियो । माटोको ज्योतिसँग के लिनु-दिनु ! माटो र ज्योतिको के सम्बन्ध ? दियोकै कारण त ज्योति थिएन; दियो नै ज्योति बनेको थिएन । दियो केवल शरीर थियो । तिमीले दियोमा फुकिदियौ, सम्बन्ध टुट्न गयो इन्धनसँग; ज्योति विराट्मा बिलाएर गयो, महाप्रकाशको हिस्सा बन्यो । त्यसैले बुद्ध त्यस परम् स्थितिलाई निर्वाण भन्छन्- जसरी दियो यहाँ निभ्यो र परम् सूर्यमा लीन भयो । महावीर यसैलाई कैवल्य भन्छन् । किनभने उनी भन्छन्, जसै तिम्रो मोह टुट्यो,

अन्धकार गयो, अविद्या मेटियो, अज्ञान छुट्यो, त्यसरी नै तिमी तिमी भयौ, अरू कुनै केही पनि छैन । बस् केवल चेतना मात्रै बच्यो, जसको कुनै किनारा छैन ।

महावीर परमात्माको कुरा गर्दैनन् । उनी भन्छन्, आत्मा नै परमात्मा हुन्छ । एउटै कुरा हो । कि त तिमीले भन्नुपर्‍यो थोपा सागरमा हरायो, अथवा तिमीले भन्नुपर्‍यो सागर थोपामा हरायो; जे भने पनि के फरक पर्छ ? थोपो सागरमा खस्यो । हिन्दुहरू भन्छन्, थोपो सागरमा बिलायो । महावीर भन्छन्, सागर थोपोमा बिलायो । एउटै कुरा हो; भन्ने ढङ्ग मात्र फरक हो । महावीरलाई जे प्रिय छ, त्यही भने- कैवल्य । बस् तिमी तिमी बाँकी रह्यौ, कोही अरू बाँकी रहेन; केवल चैतन्य बाँकी रह्यो, केवल चेतना बाँकी रह्यो ।

हिन्दुहरू यसैलाई मोक्ष भन्छन् । किनभने शरीर कारागृह हो; तिमी मुक्त भयौ । जिससले यसलाई प्रभुको राज्य प्रवेश भनेका छन् । किनभने तिमी अब दीन-दरिद्र रहेनौं; तिमी सम्राट भयौ । शब्दको मात्र भेद हो, तर मूल कुरा एउटै हो- बीज फुट्छ अनि तिमी वृक्ष बन्न पुग्छौ ।

हिम्मत जुटाऊ ! ठूलो हिम्मतको जरूरत हुन्छ । योभन्दा ठूलो कुनै हिम्मतै हुँदैन । धर्मभन्दा ठूलो कुनै दुस्साहस छैन । त्यसैले धार्मिकहरू कमजोर हुन्छन् भनेर नसोच । कमजोर मानिस धार्मिक हुनै सक्दैनन्; केवल महाशक्तिशाली धार्मिक हुन्छन् । र जहाँ तिमीले कमजोर देख्छौ धार्मिक भएर पनि, त्यहाँ धर्म छैन । मन्दिरमा, मस्जिदमा घुँडा टेकेकाहरू जसलाई तिमीले देखेका छौ, उनीहरू धार्मिक हैनन् । उनीहरू कमजोरीमा घुँडा टेकेका हुन् । उनीहरू सांसारिक हुन् । ठूलोभन्दा ठूलो दुस्साहस धर्म हो ।

के हो दुस्साहस ? बीजको छलाङ, आफैंलाई मेटाउने तयारी, केवल यो आशामा कि विना कुनै ग्यारेन्टीको वृक्ष हुनेछ; ज्ञातको विसर्जन अज्ञातका लागि; जुन जानेमानेलाई छोड्नु, त्यसका लागि जुन नजानेको र अपरिचित छ; जुन मार्ग परिचित थियो सधैं देखिको, त्यसलाई छोडेर विराट जङ्गलमा भट्किनु, गोरेटोलाई छान्नु, जसको कुनै पहिचान छैन, जसको कुनै नक्सा छैन; संसारलाई छोडेर ब्रह्मको खोजमा निस्कनु, नक्सालाई छोडेर नक्सारहित दुनियाँमा प्रवेश गर्नु हो । त्यहाँ कुनै नक्सा छैन, जसलाई तिमी लैजान सक; कुनै गाइड छैन । छापिएका कुनै

पुस्तकले काम दिँदैनन् । पुस्तकहरू यही संसारमा छुट्छन्; किनभने सबै पुस्तकहरू यसै संसारका हिस्सा हुन् । गुरु पनि त्यहाँ साथ जाँदैनन् । गुरुले पनि तिमीलाई धकेलेर किनारामा उभिने छन् ।

कसैले कसैलाई पौडन सिकाउँदा के सिकाउँछ ? धकेलिदिन्छ ! तिमीलाई लाग्छ गुरू छँदैछन्, त्यसैले निर्भय भएर फाल हाल्छौ । पौडिने कला पनि तिमीभित्रै छ । पहिलो दिन तिमी हात-गोडा फाल्छौ, त्यो पनि पौडिनु हो- अकुशल । दुई-चार दिनमा जानिहाल्छौ र राम्ररी हात-गोडा चलाउँछौ । त्यो कला तिमीभित्रै थियो । हिम्मत हुन्थ्यो त तिमी एक्लै पानीमा पस्थ्यौ र सिक्थ्यौ । तर एक्लै पानीमा पस्दा डर लाग्छ । कोही किनारामा छन्, भरोसा हुन्छ डुबिहालेमा, कुनै खतरा भइहालेमा किनारामा उभिएका छन् बचाउँन आइहल्छन् । बस् गुरू किनारामा उभिएका छन् भरोसा दिन; कसैले केही गर्दैन; केही गर्नैलाई आएका पनि होइनन् । सबै चीज तिम्रैभित्र लुकेका छन् र तिमीले नै प्रकट गर्नुछ । गुरूको उपस्थितिले तिमीलाई आँट दिन्छ, कुनै खतरा छैन । कराउला कसैले सुन्लान् । उसले भन्छ, म यहीँ छु, तिमी चिन्ता नगरी पानीमा हाम्फाल ।

एकपटक तिमी पानीमा पस्यौ भने तिमीले हात-गोडा फ्याँक्यौ; पहिले त तिमीले अत्यासमा हात-गोडा फाल्नेछौ, त्यही बन्छ पौडिन सिक्नुको खुड्किलो । पौडिनु र हात-गोडा फ्याँक्नुमा के फरक छ ? बस सानो अनुभवको फरक हो । दुई-चार दिन फ्याँकौला, अनुभवले सिकाउँछ । केही दिनपछि बेठीकसँग हातगोडा फ्याँक्न छोडिदिन्छौं, सम्यक तरिकाले चलाउन शुरू गरौला । जसै-जसै हात-गोडा मिलाएर फ्याँक्न सिक्यौ, आत्मविश्वास बढ्दै गयो । दुई-चार दिनपछि गुरूले भन्नेछन्, अब म यहाँ किनारामा उभिनुपर्ने जरूरत छैन । अब तिमीले अरूलाई पनि सिकाउन सक्छौ ।

ध्यानमा गुरुले यही गरिरहेका हुन्छन्; तिमीलाई धकेलिरहन्छन् । र तिमीमा श्रद्धा छ भने, तिमीभित्रको बीज फुट्छ र वृक्षको जन्म हुनेछ । तर्कबाट भरिएर बस्यौ भने तिमी व्यर्थै भट्किरहनेछौ । श्रद्धा द्वार हो ।

आठौं प्रवचन

जो जाग्रत भयो उसले मणि पायो

त्रिषु चतुर्थं तैलवदासेच्यम् *मग्नः स्वचित्ते प्रविशेत् ।* *प्राणसमाचारे समदर्शनम् ।* *शिवतुल्यो जायते ।*	*तीन अवस्थाहरूमध्ये चौथो अवस्थालाई तेललेझैं सिन्चन गर्नुपर्छ ।* *यस्तो मग्न भएर स्व-चित्तमा प्रवेश गर ।* *प्राण-समाचारबाट, अर्थात् सर्वत्र परमात्मा-ऊर्जाको प्रस्फुरण छ- यस्तो अनुभव गरेर समदर्शनको उपलब्धि हुन पुग्छ ।* *र ऊ शिवतुल्य बन्न पुग्छ ।*

जागृत, स्वप्न, सुषुप्ति- यी तीनै अवस्थाहरूमा चौथो तुरीय यसरी नै उनीएको हुन्छ जसरी मालाको धागोमा मोती उनिन्छ। सुतिरहँदा पनि तिमीभित्र कोही व्युँझै हुन्छ । सपना देखिरहदा पनि तिमीभित्रै कोही देख्ने सपना बाहिर छ । दिनका कामहरू गर्दैको समयमा पनि प्रतिदिन भइराख्ने जागरणमा पनि, तिमीभित्र कुनै साक्षी विद्यमान भइराख्छ । यस्तो हुन्छ पनि; किनभने जुन तिम्रो स्वभाव हो, त्यसलाई तिमीले जतिसुकै गहिरो निद्रामा भए पनि विलीन भएको पाउँदैनौ । जुन तिमी हौ, त्यो त विद्यमान रहन्छ; दवियोस्, छोपियोस्, विस्मरण होस् तर पनि नष्ट भएर चाहिँ जाँदैन ।

चाहे निद्रा होस्, चाहे सपना होस्, चाहे तथाकथित नित्यको जागरण, पछिल्लो भाग गहिराइमा तुरीय सधैं रहिररहन्छ; गहिराइमा तिमी सधैं बुद्ध हुन्छौ; सतहमा तिमी जतिसुकै भट्किएर जाऊ, त्यो भट्किनेपन परिधिको र लहरको हो । गहिराइमा तिमी कहिल्यै पनि भट्किएका छैनौ; किनभने गहिराइमा भट्किने कुनै उपाय नै हुँदैन । जस्तो समुद्रको सतहमा छाल उर्लिरहेको देखिए पनि समुद्र भित्रभित्रै शान्त हुन्छ, कुनै हलचल हुँदैन ।

त्यसैले तुरीयलाई कतैबाट पाउने हैन, केवल आविष्कृत गर्ने हो। तुरीयलाई उपलब्ध गर्नु हैन, केवल अनावृत्त अर्थात् त्यसबाट पर्दा हटाउनु हो। त्यो छोपिएर रहेको छ। जसरी कुनै खजाना दबिएको छ, माटोको पत्र हटाऊ, तिमी सम्राट बन्छौ। कहीँ खोज्न जानु छैन; तिम्रो खजाना तिमी भित्रै दबेर रहेको छ। र यसको झलक पनि तिमीले निरन्तर पाइरहेका छौ, तर तिमी त्यसमा ध्यान दिँदैनौ।

बिहान उठेर तिमी भन्छौ, राति मीठो गहिरो निद्रा पऱ्यो। आनन्द भयो, निद्रा निकै सुखद् थियो। तिमीले कहिल्यै याद गरेका छौ ? को हो त्यो सुखद निद्राको अनुभव गर्ने ? तिमीलाई थाहा छैन भने बिहान कसले त्यो सुखद् निद्राको यात्रा गऱ्यो ? तिमी मस्त निदाएका थियौ भने के स्मृति रहन्छ ? यो कसले भनेको हो, राति निद्रा राम्ररी पऱ्यो, आनन्दपूर्ण थियो ? कसैले निद्राको गहिरो अवस्थामा पनि हेरिरहेको थियो। निद्राको गहिराइमा पनि कुनै किसिमको प्रकाश बलिरह्यो। अन्धकार पूरै थिएन; अन्धकार पनि देखिने खाले थियो।

रातमा तिमी सपना देख्छौ; बिहान त्यसको याद रहिनैरहन्छ। बिहान उठेपछि तिमी भन्छौ, राति नराम्रो दुःखद सपना देखियो। देख्ने व्यक्तित्व अलग थियो; सपनामा तिमी हराएका थिएनौ। तिमी सपना भएका थिएनौ। तिमी दर्शक थियौ। सपना चलिरहेको थियो होला अन्तरात्माको रङ्गमञ्चमा; तर तिमी नाटकभन्दा बाहिर थियौ। अन्यथा याद आउँदैनथ्यो।

दिनमा पनि क्रोधले सताउँछ, तिमी बिल्कुलै सुतेका थियौ भन्ने पनि होइन; भित्र झलकहरू आउँछन्। जब क्रोधले सताउँछ, तिमीलाई क्रोधले सताउँदैछ भन्ने अनुभव पनि हुन्छ। रिस उठ्नुभन्दा पहिले धुँवा आउने अवस्थामा हुन्छ, त्यसबेला पनि तिमी थाहा पाउँछौ अब क्रोध आउदै छ। पानी पर्नुअघि आकाशलाई बादलले ढाक्छ, त्यस्तै तिमीलाई पनि अनुभव हुन्छ अब क्रोध आउनै लागेको छ। जब तिमी मोहबाट भरिन्छौ, तब पनि रिसाउँछौ; जब तिमी शान्त हुन्छौ, तब पनि; जब अशान्त हुन्छौ, तब पनि; तिमीभित्र कसैले हेरिरहेको छ।

तर तिमीले यो हेरिरहनेलाई ध्यान दिएका छैनौ। तिम्रो ध्यान दृश्यतर्फ बगिराखेको छ। जे देखिन्छ, तिमी त्यसैमा लीन छौ।

जसले तिमीलाई हेरिरहेको छ, ऊतिर फर्केर तिमीले हेरेनौ। बस यत्ति नै गर्नु छ, र तिम्रो बेहोशी टुट्छ, तुरीय अवस्था उपलब्ध हुनेछ। जसले पायो तुरीय, उसले सबै पायो। जसले पाएन तुरीय-चौथो ध्यानको जाग्रत अवस्था पनि पाएन। उसले जीवनमा कमाओस्, सबै वस्तु जम्मा गर्न सकोस्, उसलाई मृत्युको क्षणमा अनुभव हुनेछ, कमाउनु, जम्मा गर्नु दुई कौडीको काम रहेछ।

एकदिन मुल्ला नसरूद्दीन दगुर्दै नदीतट पुगे। यात्रामा जानु थियो। उनी हतारमा थिए। डुङ्गा सवारी छुट्ने डर थियो। तर त्यो छुटिनैहाल्यो। उनी उफ्रेर त्यसमा चढ्न खोजे। खुट्टो चिप्लियो; उत्तानो परे। लुगा च्यातियो। कुहिनो रगताम्य भयो। फेरि पनि खुशी हुँदै उठे र आनन्दभावले अचम्भित बनेका यात्रीहरूतिर फर्कंदै भने, आखिर आइपुगिएछ। अलिकति ढिलो भएको थियो, समाति हालें। यात्रीहरूले भन्न लागे, हामीले बुझेनौं, नसरूद्दीन ! यति हतार के छ ? यो डुङ्गा जान लागेको हैन, आइरहेको हो।

मृत्युको क्षणमा तिमीले अनुभव गर्नेछौ, जिन्दगीभर जुन दौड तिमीले गऱ्यौ, धायौ, पुग्यौ- त्यो जान लागेको डुङ्गा हैन; त्यो त यतै किनारातिर आउँदैछ। तर त्योबखत धेरैढिलो भइसक्नेछ। तब चाहेर पनि केही बन्दैन। अझै समय छ। अझै केही गर्न सकिन्छ। मृत्युभन्दा पहिले जो जाग्रत भयो, उसको फेरि मृत्यु हुँदैन। जो मृत्यु आउँने बेलासम्म सुत्छ, उसको कुनै जीवन हुँदैन; उसको जीवन लामो सपना हो, उसलाई मृत्युले समाप्त पारिदिन्छ। जो जाग्रत भयो समय छँदै अथवा जिउँदो छँदै, त्यसको फेरि मृत्यु हुँदैन। किनभने जो जाग्रत भयो, उसले आफू भित्रको स्वभावलाई देख्यो र अनुभव गऱ्यो कि त्यो अमृत हो।

तर जिन्दगी बेहोश-बेहोशमै चल्छ। तिमी नशा- नशामा हिँड्छौ। तिमी कहाँ गैरहेका छौ, यो स्पष्ट छैन; किन गैरहेका छौ, यो पनि स्पष्ट छैन।

भिखारीहरू सडक किनारामा बसेर कुराकानी गर्दै थिए। मैले तिनीहरूको कुराकानी अचानक सुन्न पुगें। तीमध्येको एक जनाले सोध्दै थियो, जिन्दगीको प्रयोजन के हो ? के का लागि हो जिन्दगी ? दोस्रोले भन्यो, बाँच्नु सिवाय अरू केही गर्न पनि के सक्छौ !

तिमीहरू पनि त्यही दोस्रोले भनेको जिन्दगीमा बाँच्नु सिवाय अरू गर्न पनि के सक्छौंमा सहमत छौ । बाँच्नुसमेत तिम्रो हातमा छैन; अनन्त-अनन्त स्थितिहरूमै निर्भर छौ तिमी । त्यो सबै अचेतन हो । किन तिमीभित्र वासना जाग्यो; किन तिमीले परिवार बसायौ; किन लोभ जाग्यो; किन तिमीले धन एकत्र गऱ्यौ; किन क्रोध जाग्यो; किन तिमीले शत्रु कमायौ; किन तिमीबाट अपराध भयो; किन तिमीले बेइमानी गऱ्यौ- कुनै केही पनि स्पष्ट छैन । तिमी मानौं कठपुतली हौ, डोरी कुनै अरूको हातमा छ । अन्य कसैले तिमीलाई नचाउँछ र तिमी नाच्छौ । तिमीलाई लाग्छ, म नाचिरहेको छु ।

आफ्नो जिन्दगीलाई गहिरिएर हेऱ्यौ भने पाउनेछौ, तिमी कठपुतलीभन्दा बढी केही होइनौ । त्यस्तो कठपुतली जिन्दगीमा कुनै पनि सत्य घटना घटित हुन सक्छ तिम्रो आफ्नो कारणविना ?

एकदिन मुल्ला नसरूद्दीन र उनका दुई मित्रहरू दगुरे ट्रेन समात्नलाई । नसरूद्दीनको खुट्टो चिप्लियो, लडे । तर अर्का दुई जना चढे । स्टेसन मास्टर आएर उनलाई उठाएर र भने, नसरूद्दीन ! बडो दुःख लाग्यो, तिमी चुक्यौ ! नसरूद्दीनले भने, मेरा लागि दुःखी नबन । उनीहरू दुई जना जो चढे, मलाई पुऱ्याउन आएका थिए । म त अर्के ट्रेन चढेर जाउँला; उनीहरूको के होला ?

तीनैजना नशामा चुर थिए ।

यहाँ यहाँ अनौठो कुरा हुँदैछ, जो चढेर गए, जो सफल भए, पक्का छ उनीहरू कहीँ न कहीा त पुग्छन् । जो असफल भए, चढ्न पाएनन्, यो नसम्झनु कि सबै चीज बर्बादै भयो । यहाँबाट चढ्ने, नचढने, सफल-असफल, जित्ने, हार्ने सबै एकैनासले बेहोश छन् । जिन्दगीको आखिरी बेलामा हिसाब बराबर हुन्छ । सफल-असफल सबै बराबर हुन पुग्छन् । धनी-गरीब सबै बराबर हुन पुग्छन् । मृत्युले तिमीलाई बिल्कुलै नलेखिएको खाली स्लेटजस्तै तुल्याउँछ ।

केवल त्यो व्यक्तिलाई मृत्युले बराबर पार्न सक्दैन- त्यो हो, जसले तीनवटाभित्र छोपिएर बसेको चौथोलाई चिन्यो; किनभने त्यस्ताको कुनै मृत्यु हुँदैन । उही सफल बन्यो, शेष सबै असफल । चाहे नेपोलियन होस्, चाहे सिकन्दर होस्, तिनीहरू सबै असफल हुन् । केवल कुनै बुद्ध पुरूष कुनै सफल हुन्छन् ।

यही एउटा सफलता हो । तिमीले जान्यौ जसको मृत्यु हुँदैन, जो मृत्युबाट नष्ट भएर जान्छ, उसलाई तिमी असफल सम्झ;

त्यसलाई असफलताको व्याख्या बनाऊ । तिमीसँग त्यस्तो केही चीज छ, जसलाई मृत्युले खोस्न सक्दैन ? यसलाई निरन्तर ध्यानमा राख, मसँग केही छ, जसलाई मृत्युले मबाट खोस्न सक्दैन ? तिमीले त्यस्तो केही पनि पाएका छैनौ भने चाँडो गर । तिमीलाई आफूसँग मृत्युले खोस्न सक्ने चीज मात्र छ भन्ने लाग्यो भने समय यसै बिताउनु अब उचित छैन; व्युँभने घडी आइपुग्यो ।

तीन-जसलाई तिमी जागरण भन्छौ, तिम्रो दिन, सपना, तिम्रो रात र तिम्रो निद्रा, जहाँ सपना पनि हराएर जान्छ- यी तीनवटै मृत्युमा लुप्त हुन्छन् । यी तीनवटैको तिमीसँग कुनै सम्बन्ध छैन । जसरी सूर्यको चारैतिर बादल घेरिन्छ, यस्तै यी तीनवटैले तिम्रो सूर्यलाई घेरेका छन् । यी तीनवटामा तिमीले आफ्नो जीवनलाई सीमित गरिदियौ भने मृत्युको क्षणमा तिमीले आफूलाई दीन-दरिद्र भएको पाउँछौ । तर तिमीले सूर्यको किरणलाई समात्यौ- एउटै किरणलाई मात्रै भए पनि समात्यौ भने सूर्य धेरै टाढा छैनन् । त्योबखत बादलतिर तिम्रो पिठ्युँ पर्नेछ र सूर्यतिर तिम्रो मुख हुनेछ ।

पहिलो सूत्र होः *'तीनै अवस्थाहरूमा चौथो अवस्थालाई तेलकै झैं सिंचन गर्नुपर्छ ।'*

तीनवटै अवस्थाहरूमा- चाहे व्युँभ, चाहे निदाऊ, चाहे सपना देख- चौथोको स्मृतिलाई जगाई राख्नुपर्छ । ध्यान चौथोमा रहिरहोस् । परिधिमा जे पनि घटित होस्, आँखा केन्द्रमा लागिरहोस् । होश उठ्दा-बस्दा एकनास रहिरहोस् । भोजन गर्दा, घर जाँदा, पसल जाँदा होश एकनासले रहिरहोस् ।

एउटा कुरा ध्यानमा राख्नु, तिमी द्रष्टा हौ, कर्ता होइन । जीवनलाई अभिनयभन्दा अरू बढी नठान्नू । अभिनयसँग ज्यादै एकात्म पनि नहुनू । तिमी पति हौ वा पत्नी हौ, पसले हौ कि ग्राहक हौ- यसमा बढी वास्ता नगर्नू । तिमी पति हुनु वा पत्नी हुनु, पसले वा ग्राहक हुनु एक अभिनयको हिस्सा हो । तर भित्र तिमी बाहिर बनिराख । जाऊ पसल; जरूरी छ, खेल प्यारो छ, कुनै कारोबार बन्द गर्नुपर्ने जरूरत पनि छैन । खेलकै जस्तै प्यारो छ, जीवन जस्तै घातक छ । ठीक छ, जुन खेल आइपऱ्यो, त्यसलाई पूरा गरिदेऊ; भगुवा नबन; बीचैमा भाग्नु आवश्यक छैन । भगुवाहरू सधैं कमजोर हुन्छन् ।

जसलाई तिमी साधु-संन्यासी भन्छौ, ती प्रायः भगुवा नै हुन् । तिनीहरू कमजोर छन्, जिन्दगीमा टिक्न सकेनन् र जिन्दगीमा द्रष्टा भावलाई सम्हाल्न सकेनन्, त्यसैले भागेका हुन् । भागेर संन्यासी बनिँदैन । भाग्नुले केवल यही बताउँछ संसार बढी नै शक्तिशाली थियो र उनीहरू कमजोर थिए । पसल थापे जाग्न सकेनन्, काम-धन्दा गरे जाग्न सकेनन्, यसैले भागेर हिँडे ।

तिमी पसलमा जाग्न सकेनौ, पहाडमा कसरी जागौला ? जाग्ने क्रिया सबैतिर एकै हो । तिमी कुन स्थानमा छौ, त्यसको कुनै सम्बन्ध हुँदैन । तिमी के गरिरहेका छौ, योसँग पनि कुनै सम्बन्ध छैन । यो असङ्गत हो । जाग्ने क्रिया एउटै छ- तिमी पसलमा बसेर जाग; चाहे तिमी मन्दिरमा बसेर जाग; चाहे तिमी मखमलको गद्दीमा बसेर जाग; चाहे वृक्षमुनि बसेर जाग- जाग्नुको क्रिया एउटै हुन्छ । जे काम भइरहेको छ म त्यो कामबाट पृथक छु नै जाग्नुको क्रिया हो । त्यो काम पसलको होस्, कामको होस्, प्रार्थनाको होस्, पूजाको होस् यसमा केही फरक पर्दैन । काम मसँग अलग छ, त्यो संसारको हिस्सा हो, र म केवल हेर्ने हुँ । काममा यति विधि लीन नबन, काम देखियोस् र साक्षी बिलाओस् । अहिलेसम्म यस्तै भइरहेको छ ।

यो सूत्र भन्छः तीनै अवस्थामा चौथोलाई सिँच्ने काम गर्नुपर्छ ।

बिस्तारै-बिस्तारै सिंच्दा-सिंच्दै चौथोको वृक्ष हुर्किनेछ । पहिले शुरू गर्नुपर्छ जाग्रत भएर; किनभने त्यही चौथोको निकटतम् हो । त्यसमा अलिकति भए पनि किरण जागोस्, अलिकति होस् पुर्‍याएर । त्यो किरणको उपयोग गर । निद्रामा तिमी कसरी जाग्न सक्छौ ? सपनामा कसरी जागौला ?

पहिले जागरणबाट शुरू गर । जाग्नुमा एक प्रतिशत होस् हुन्छ, उनान्सय प्रतिशत बेहोशी छ । यो एक प्रतिशतलाई उपयोग गर; यसलाई सिंच । जब दिनमा फुर्सत हुन्छ आफूलाई झक्झक्याएर जगाऊ । पटक-पटक विस्मृतिमा जानेछ स्थिति । फेरि तिमी भुल्ने छौ । फेरि एक झट्का दिएर आफूलाई जगाऊ । कुनै मान्छे बजार जान्छ सामान किन्न, ल्याउने सामान नभुलियोस् भनेर उसले लुगामा गाँठो पारेको हुन्छ । त्यस्तै तिमीले पनि नभुलियोस् भनेर ठाउँ-ठाउँमा आफ्नो चेतनामा गाँठो पार । हरेक ठाउँ- जे गरिरहेका छौ- एकपटक याद गर र सचेत हुनु 'म गर्ने हैन, केवल हेर्ने हुँ ।'

यस्तो याद आउनासाथ सबै तनावहरू हराएको तिमीले पाउनेछौ। तनाव कर्ता भावको हो, अंहकारको हो। जसै तिमीलाई लाग्छ म हेर्ने हुँ, तब तनाव हराएर जान्छ। एकैछिन हराउँछ भने पनि झलक आइहाल्छ। भित्र सागरले लहर लिन लाग्नेछ। पटक-पटक विस्मृत हुनेछ; किनभने जन्म-जन्मदेखि तिमीले बेहोशी पलेका छौ, त्यसलाई नष्ट गर्न समय लाग्छ। तिमीले निरन्तर सिन्चन गऱ्यौ र दिनमा दस-बीस मौकाहरूमा तिमीले केही ढिलै भए पनि जाग्यौ वा हिँड्दाहिँड्दै उभिन पुग्यौ र तिमीले साक्षी-भावले हेऱ्यौ; भोजन गरिरहँदा आफूलाई हल्लायौ, जगायौ र साक्षी-भावले हेऱ्यौ; पसलमा बसिरहँदा, ग्राहकसँग कुराकानी गर्दा बिर्सिनैरहेका थियौ र पछि तिमीले आफूलाई सम्हाल्यौ भने तिमीले बिस्तारै-बिस्तारै सजिलो हुँदै गैरहेको अवस्था; दिन-दिनै सजिलो हुँदै गएको अवस्था पाउनेछौ। र दिनमा कुनै-कुनै बेला तुरीयको झलक आउन थाल्नेछ।

दिनमा तुरीय सरल हुन थालेपछि, तिमी सपनामा पनि त्यसको उपयोग गर्न सक्नेछौ। राति सुत्ने बेलामा एउटै मात्र ध्यान राखेर सुत, भन 'म हेर्ने हुँ, म द्रष्टा हुँ।' निद्रा आउन लाग्यो, आउनै लाग्यो, तिमीभित्र एउटै स्वर गुञ्जिरहोस् 'म साक्षी हुँ, म साक्षी हुँ, म साक्षी हुँ।' यो भावलाई धेरैपटक दोहऱ्याउँदै सुत्नू। तिमीलाई थाहै नहोस् कतिखेर निद्राले छोप्यो र कतिखेर यो भाव-धारा रोकियो।

तिमीले यो भाव-धारालाई बोकेर हिंड्यौ, सम्हाल्दै अघि बढ्यौ भने निद्रा आउँछ तर भाव-धारा चलिरहन्छ। किनभने भाव-धारा तिमीभित्रै चलिरहेको हुन्छ, निद्रा त शरीरलाई आउने हो। भाव-धारा तिमीभित्र चलिरहन्छ भने एकदिन तिमीले अकस्मात् सपनामा पनि म हेर्ने हुँ, साक्षी हुँ भनेर अनुभव गर्नेछौ। यसपछि तिमीलाई अनौठो अनुभव होलाः सपना त्यसै क्षण टुटेर जानेछ। तिमीले सपनामा म हेर्ने वा साक्षी हुँ, भन्ने अनुवभ गऱ्यौ कि सपना समाप्त भएर जान्छ। सपना तिम्रो बेहोशीको कारणले आउँछ। यस्तो अवस्था सपनामा दोहरिन थालेपछि तेस्रो घटना सम्भव हुन्छ जसमा तिमीले सपना देख्छौ र भित्र 'म साक्षी हुँ' भन्ने स्मरण गरिराख्छौ। सपना हराएर जान्छ, तिमीभित्र 'म साक्षी हुँ, म साक्षी हुँ,' भन्ने स्मरण जारी हुन्छ। निद्रा फेरि आउनेछ र निद्रामा पनि यो धारा भित्रिने छ।

जुन दिन निद्रामा 'म साक्षी हुँ' भन्ने धारा भित्रिनेछ तिम्रो हात पनि परम खजानामा पुग्नेछ। अब तिमीलाई कसैले पनि बेहोश गर्न

सक्ने छैन । जो निद्रामा एकै क्षण भए पनि जाग्छ, त्यसको बेहोशी बिल्कुलै समाप्त हुन्छ । जुन दिन तिमी निद्रामा जाग्रत होऔला, त्यसै दिनदेखि तिमी योगी बन्नेछौ । योगी प्राणायाम वा विभिन्न आसनको अभ्यास गरेर बनिंदैन । त्यो व्यायाम मात्र हो; गर्नु राम्रो हो; शरीरका लागि स्वास्थ्यप्रद हुन्छ; गर्नु नराम्रो होइन । शरीरको व्यायामलाई कसैले योग सम्झिन्छ भने ऊ ठूलो भ्रान्तिमा परेको छ भनेर बुझ्ने हुन्छ । योगको अर्थ होः निद्रामा समेत जो जाग्रत हुन्छ, उही योगी हो । यस पहिले कोही योगी हुँदैन ।

यो सूत्रले भन्छः *तीनै अवस्थाहरूमा चौथोलाई तेलकै झैं सिन्चन गरिरहनुपर्छ ।*

एक न एक दिन त्यो अनौठो घटना पनि घटित हुनेछ ! निद्रामा पनि जागरण हुन थालेपछि चौथोमा स्थिर हुनेछौ । चौथोमा स्थिर भएको मानिस त्यो बलिरहेको दियो सरह हुन्छ जहाँ हावा कत्ति पनि नलागेको होस्, त्यस्तो दियोको ज्योति अकम्पित हुन्छ, कत्ति पनि नहल्लिएको । त्यस्तै तिम्रो प्रज्ञा हुनेछ; त्यस्तै तिम्रो ज्ञान हुनेछ; त्यस्तै तिम्रो आत्मा हुनेछ अकम्प र प्रकाशले परिपूर्ण । अनि तिमी उठ्नेछौ, जाग्नेछौ, सुत्नेछौ, कैयौं कुराहरूमा रूपान्तरित हुनेछौं ।

पहिलो बुझ्नुपर्ने कुरा के हो भने निद्रामा जाग्रत हुनेको सपना सधैंका लागि समाप्त हुनेछ । बुद्ध पुरूषहरू सपना देख्दैनन् । पहिलो घटना यो घटित हुनेछ निद्रामा जाग्रत भएपछि । तिमी सपनामा जाग्रत भएमा त्यो सपना खण्डित हुनेछ, तर दोस्रो सपना जारी रहनेछ । कुनै सपना पनि थिएन, केवल सुषुप्ति थियो । निद्रामा जाग्दा सबै सपना हराएर जान्छन् । फेरि तिमी रातमा सपना देख्दैनौ ।

यस्तो घटना घटित हुनेछ । सपनाहरू हटेर जान्छन्, किनभने सपना वासनाले घेरिएको चित्तले मात्र देख्छ । सपना हो के ? जसलाई तिमी दिनमा पूरा गर्न सक्तैनौ, त्यसलाई तिमी राति सपनामा पूरा गर्छौं । दिनमा सबै सम्राट हुन सक्दैनन्, ठूलो संघर्ष हुन्छ, ठूलो प्रतियोगिता हुन्छ; भिखारीहरू राति सपना देख्छन् सम्राट भएको । कुल जोड बराबर हुन्छ । कुनै मानिस दिनभर सम्राट भएर बस्छ र राति आठ घण्टा सुत्छ, सपना देख्छ । सपनामा उसको सबै

साम्राज्य हराएर जान्छ । भिखारी पनि राति आठ घण्टा सुत्छ, उसले आफू सम्राट भएको देख्छ । हिसाब बराबर भयो ।

औरङ्जेब कुनै फकीरसँग निकै रिसाएका थिए । एक दिन उनले फकीरलाई पक्रेर महलमा ल्याउन आदेश दिए । मानिसहरूले भनेका थिए, यी फकीरलाई रिस उठाउन मुश्किल छ । औरङ्जेवले भने, हेरौं । जाडोको रात थियो- दिल्लीको जाडो रात- महलमा रस-रङ्ग चलिरहेको थियो र फकीरलाई नाङ्गो पारेर यमुनाको पानीमा उभ्याइयो । औरङ्जेबले भने, बिहानी पख सोधपुछ गरौंला ।

रातभर फकीर विनालुगा चीसो नदीको पानीमा उभिइरहे । बिहानीपख औरङ्जेबले फकीरसँग सोधे, भन, रात कस्तो बित्यो ? फकीरले भने, केही समय तिमीजस्तो, केही समय तिमीभन्दा राम्रो ! औरङ्जेबले सोधे, मैले बुझिन नि तिम्रो जवाफ ? फकीरले भने, सपनाहरू देखिरहें । त्यसमा म सम्राट थिएँ । महलमा रस-रङ्ग चलिरहेको थियो । तिम्रो रस-रङ्ग महलमा चल्दै थियो, मेरो सपनाको रस-रङ्गसँग कत्ति पनि फरक थिएन । मैले त्यत्तिकै मजा लिएँ, जति तिमीले लियौ । यो भयो, केही तिमीजस्तो । केही तिमीभन्दा राम्रो; किनभने बीच-बीचमा होश आयो र सपना बिलायो । तर तिमीलाई भने अहिलेसम्म पनि होश छैन ।

राति तिमी त्यही पूरा गर्छौ, जुन दिनमा पाएका थिएनौ । दिनका अधुरा काम सपनामा पूरा गरिन्छ । तिमीले दिनमा वासना पूरा गर्न पाएका थिएनौ, किनभने कठिनाइहरू थिए । विपनामा वासना पूरागर्न सजिलो छैन, कठिन हुन्छ । पूरा गर्ने उपायहरू पनि तिमीसँग हुँदैनन्, तिनीहरूको स्वभाव पूरा नहुने हो । तिमीलाई दुनियाँको सबै सम्पत्ति प्राप्त भए पनि पूरा हुँदैनन् ।

भनिन्छ, सिकन्दरलाई डायोजनिजले भनेका थिए- सिकन्दर ! जुन दिन तिमीले दुनियाँ जितौला, तिमी ठूलो अप्ठेरोमा पर्नेछौ । यो विश्वविजेता बन्ने धुन छोड । नजितुन्जेल मुश्किलमा पर्छौ, जितेपछि महामुश्किलमा पर्नेछौ ।

भनिन्छ, यो कुरा सुनेर सिकन्दर,उदास भए । उनले डायोजनिजलाई भने- यस्ता कुरा नगर्नु होस् । किनभने यो कुरा सम्झदा सम्पूर्ण दुनियाँ मैले जितें भने पनि म उदास हुन्छु; किनभने फेरि जित्नलाई कुनै अर्को दोस्रो दुनियाँ बाँकी रहने छैन । सम्पूर्ण

दुनियाँ जितेपछि पनि मन भरिँदैन । मनले भन्नेछ- अब के ? अब के जित्ने ? बाँकी केही नभएपछि मन उदास हुने नै भयो ।

सपना सम्राटले देख्छ, भिखारीले पनि देख्छ । किनभने अधुरो कुरा सपनामा पूरा गर्नुछ । सपनाको एउटा गुण छ । सपना निकै दयावान् छ । सपनाले तिमीमा ठूलो कृपा गर्छ । तिमीले दिनमा उपवास बस्यौ, कुनै साधु-संन्यासीहरूका चक्करमा पऱ्यौ र तिमी भोकै पऱ्यौ भने राति तिमीले राज-भोजमा सम्मिलित भएको देख्नेछौ । सपना तिम्रा साधुहरूभन्दा बढी दयावान् छ । त्यसले तिमीलाई राज-भोजमा सम्मिलित हुन निमन्त्रणा दिन्छ । तिमीले कहिल्यै खान नपाएका मीठाभन्दा मीठा मिष्ठान्न खान पाउनेछौ । तिनका स्वादमा र अन्य असल भोजनको स्वादमा केही पनि अन्तर छैन । बरू यसमा बढी स्वाद हुनेछ । तिमीहरू स्त्रीहरूका पछिपछि दौडिरह्यो तर पाउन सकेनौ । सपनामा तिमीले उनीहरूलाई सजिलै पाउनेछौ । सपनामा दुनियाँकी सुन्दरतम् स्त्री तिम्री हुनेछिन् वा सुन्दरतम् पुरुष तिम्रा हुनेछन् ।

सपनाले तिम्रो द्वार खोलिदिन्छ, तिम्रा सबै वासना पूरा हुन्छन् । साठी वर्ष बाँचेको मानिस बीस वर्ष सुत्छ, बीस वर्ष जागा हुन्छ, बीस वर्ष अरू काममा बिताउँछ । तिमी बीस वर्ष सपनामा सम्राट बन्छौ भने अन्य मानिस जाग्रत अवस्थामा सम्राट बन्छ । फरक के रह्यो ? हिसाब बराबरै भयो । जाग्रत अवस्थामा जो सम्राट भएको छ, ऊ झन्झटले गर्दा सम्राट रहन पाउँदैन; तर तिमी निश्चिन्त भावले सम्राट हुन्छौ सपनामा ।

जो निद्रामा जाग्छ, उसको सपना त्यसैदिन हराउँछ । तब सपना व्यर्थ हुन्छ । किनभने निद्रामा जाग्रत हुनेको वासना बाँकी रहँदैन । सबै वासनाहरू मूर्च्छाका हिस्सा हुन्, बेहोशीका हिस्सा हुन् ।

मुल्ला नसरूद्दीन एक दिन ट्रेनबाट ओर्लिए । रिगँटा लागेको जस्तो भयो उनलाई । कुनै मित्रले सोधे- बिरामीजस्ता देखिन्छौ, के भयो ? नसरूद्दीनले भने, ट्रेनको यात्रा कहिलेकाहीँ उल्टोपट्टि फर्केर यात्रा गर्नुपर्छ-जतातिर ट्रेन जान्छ, त्यसतर्फ मैले पिठ्युँ फर्काउनुपर्छ- त्यसो हुँदा मलाई बान्ता हुने, रिगँटा लाग्ने र टाउको दुख्ने हुन्छ । ती मित्रले भने- सोझा मान्छे, अगाडिको मान्छेलाई भन्नुपर्थ्यो मलाई असजिलो भइरहेको छ, ठाउँ साटौं न । नसरूद्दीनले भने- त्यो कुरा मैले पनि सोचेको थिएँ । कोसँग यो अनुरोध गरौं, अगाडिको सिट

खाली थियो, त्यहाँ कुनै मान्छे थिएन ? सोध्ने विचार मैले पनि गरेको थिएँ ।

जिन्दगीमा तिमीले जे गरिरहेका छौ, झण्डै यस्तै बेहोशीमा गरिरहेका छौ । चुर छौ नशामा । नशालाई कहीँ न कहीँबाट हटाउन जरूरी छ । कहाँबाट तिमी शुरू गर्छौ ? जागृतबाट शुरू गर । बिहान उठ, एकै भावबाट उठ । आफैसँग भन्नू, आजको दिन साक्षी बन्ने प्रयास गर्नेछु । जब पहिलोपटक बिहान तिम्रो निद्रा खुल्छ, त्योबखत तिमी निकै ताजा हुनेछौ, मन हलुका हुन्छ; त्यहाँ न विचार हुन्छ, न सपना । रातभरको विश्रामपछि तिमीभित्र पनि एउटा बिहानी हुन्छ, बाहिर पनि एउटा बिहानी हुन्छ । तनाव हुँदैन । आकाशमा बादल हुँदैन । तिमी हलुका हुनेछौ । छिट्टै कामको, दौडको दुनियाँ शुरू हुनेछ, फेरि मुश्किल हुनेछ ।

बिहान भयो, तिमीलाई पनि थाहा भयो, आँखा खुल्न लागेको छ तर नखोल । त्योबखत चित्त निकै सम्वेदनशील भइराख्छ । थाहा भयो निद्रा खुल्यो, पहिले ध्यान गर र भन- म साक्षी हुँ । दिनदिनै बिहान उठेपछिको समयको पाँच मिनट आँखा चिम्लिएर यही भन्दै पल्टिराख । आँखा नखोल । आँखा खोल्ने बित्तिकै संसार अगाडि आउँछ र तिमी हराउँछौ । आँखा चिम्लिइराख र भित्र त्यही भाव राखिराख- म साक्षी हुँ, कर्ता होइन । यो साक्षी-भावको दिनभर चिन्तन गर, बारम्बार यसको स्मरण गर्न । यस्तो भावमा डुब्दै तिमी उठ । थोरै समय यसलाई त्यही रूपमा राख्ने कोसिस गर; किनभने शुरू-शुरूमा बढी सजिलो हुनेछ । बिहान उठ, ओछ्यानको तल गोडा राख, होशपूर्वक राख; होशपूर्वक नुहाऊ; बिहानको नास्ता गर, होसपूर्वक ।

होशपूर्वकको अर्थ होः यो सबै कुरा मेरो बाहिर भइरहेको छ भन्ने अनुभव गर्नु । याद गर, ती शरीरका आवश्यकता हुन्, तिम्रो होइन । मलाई कुनै आवश्यकता छैन । छँदैछैन; किनभने तिमी स्वयम् परमात्मा हौ, तिम्रो के आवश्यकता हुनसक्छ ? तिमी पूर्ण छौ । तिमी ब्रह्मस्वरूप हौ । सबै चीज तिम्रै हुन् । तिमीलाई केही पनि आवश्यक छैन । आत्मालाई केही कुराको पनि आवश्यकता पर्दैन । त्यसका लागि कुनै इन्धन चाहिँदैन- विनासलेदो विनातेल । मलाई कुनै पनि चीजको आवश्यकता छैन; आवश्यकता शरीरको हो- स्नान, भोजन खुवाइ, काम गराइ ।

यसलाई आफूसँग राख्ने कोसिस गर । यस धागोलाई जति बेरसम्म तन्काउन सक्छौ, तन्काऊ । चाँडै यो हराएर जानेछ । काम-धामको दुनियाँ हो, पुरानो बानी परेकोछ । दिन-दिनै यसलाई पानी दिनू । त्यसपछि बिरूवा बिस्तारै-बिस्तारै ठूलो हुनेछ । थाहा नै हुँदैन कतिखेर ठूलो भयो, किनभने बिस्तारै सूच्छम ढङ्गले बढिराख्छ । एकदिन अचानक तिमीले पाउनेछौ दिनभरमा एउटा धागोझैं तिमीभित्र प्रकाशको एक किरण बन्छ । त्यही प्रकाशको किरणले तिम्रो जीवनलाई रासायनिक रूपबाट बदलिदिन्छ । क्रोध कम हुन थाल्छ; किनभने साक्षीलाई के को क्रोध ? मोह कम हुनेछ; किनभने साक्षीलाई के को मोह ? चीजहरू घट्दै जान्छन्, सफलता-असफलता देखिनेछन्, सुख-दुःख आउँछन् जान्छन्; तिमी डामाडोल डामाडोल हुँदैनौ; किनभने साक्षीलाई केको कम्पन ? किनभने सुख आउँदा त्यसलाई तिमीले हेरिरहन्छौ; दुःख आउँदा त्यसलाई पनि तिमी हेरिरहन्छौ; र म हेर्ने हुँ, भोग्ने होइन भन्ने धारा तिमीभित्र सतत बगिरहनेछ ।

कसैले पनि भन्न सक्तैन यसका लागि कति समय लाग्ला । तिम्रो वेग-तीव्रता, तिम्रो सघन-आकाङ्क्षा, तीव्र अभिलाषामा निर्भर गर्नेछ । कसरी तिमी हिँड्छौ ? दौडन्छौ कि कमिलाको चालमा ? किनभने प्रायः धर्मको दुनियाँका मानिसहरू जन्तीमाझैं विस्तारै हिड्ँछन् । त्यसरी हिँड्दा तिमी कहीँ पुग्दैनौ । जन्तीको हिँडाइ ठीक छ, किनभने बरियाँतको यात्रा कहीँ पुग्नकै लागि होइन । त्यो यसै गाउँ फन्को मारेर जहाँको त्यहीँ फर्केर आइपुग्नु हो ।

इसप बोध-कथाकार थिए उनले जे-जस्ता बोध-कथाहरू लेखे, दुनियाँमा आजसम्म कसैले लेखेका छैनन् । ती प्रज्ञावान् थिए । बाटोको किनारामा उभिएका थिए, एक दिन । एकजना मान्छे आइपुग्यो र उसले सोध्यो, मेरा भाइ ! गाउँ कति टाढा छ र म कति समयमा पुगूँला ? इसप केही बोलेनन्; उनी आफै त्यो मानिससँग हिँड्न थाले । ती मान्छे थोरै डराए पनि । उनले फेरि भने गाउँ कति टाढा छ, म कति समयमा पुगूँला ? तिमी केही त भन, तिमी मसँग हिँड्नुपर्ने आवश्यकता छैन । तर इसप जवाफ दिनुको सट्टा चुपचाप तिनैसँग हिँडिरहे ।

लगभग पन्ध्र मिनटपछि इसपले भने, दुई घण्टामा पुग्नसक्छौ । ती मान्छेले भने । हदै भयो पागल मान्छे रै छौ तिमी । यो कुरा त

तिमीले पहिले नै भन्नसक्थ्यौ । मसँग एक माइल टाढासम्म आउने जरूरतै थिएन । इसपले भने, जबसम्म तिम्रो हिंडाइको गति देखिदन, तबसम्म कतिबेर लाग्छ कसरी बताऊँ ? बाटोको लम्बाइबाट कसरी तय गर्न सकिन्छ; मान्छेको हिंडाइ ! अबचाहिँ म निश्चित भावले भन्छु, दुई घण्टामा पुग्छौ ।

तिम्रो हिंडाइमा भरपर्छ । तिमी दौड्यौ भने तिमी चाँडै पुगौला । तिमी जन्तीको हिंडाइमा पनि हिंड्न सक्छौ, तिमी कतिखेर पुगौला केही भनिहाल्न मुश्किल हुन्छ । तिम्रो गति यतिविधि पनि हुनसक्छ कि एकै छिनमा छलाङ मार । तिमी सुस्त-सुस्त, हलुका-हलुका पाइला सार्न सक्छौ, अनन्त जन्म लागोस् र पनि तिमी पुग्न सक्दैनौ ।

तिमी पूरै वेगले, समग्र भावले, पूरै प्राणबलले कत्ति पनि शक्ति भित्र नछोडिकन र सबै दाउमा लगाइदेऊ त अहिल्यै पुगौला- एकैछिन लाग्नेछ ! किनभने यो यात्रा कुनै बाहिरको यात्रा होइन । यो यात्रा त भित्रको हो, जहाँ तिमी छौ, केवल नजर फरक पार्नुपर्ने कुरा हो । दूरी अलिकति पनि छैन । तर नजर फरक पार्ने ढिलो गर्‍यौ, स्थगन गरिदियौ । तिमीले भन्यौ, भोलि गरौंला, पर्सि गरौंला, त फेरि यस्ता अनन्त जन्म गैसके, अरू अनन्त बित्न सक्छन् ।

ध्यान राख, प्रकृतिलाई तिम्रो धार्मिक उपलब्धिमा कुनै उत्सुकता छैन । मान्छे जहाँसम्म आइपुग्यो, त्यहीँसम्म प्रकृतिले ल्याउँछ; यसभन्दा पर तिमीले नै जानु पर्छ, तिम्रै श्रमले लैजाला । प्रकृतिले तिमीलाई पशुसम्म बनाउँछ, त्यसपछि केही गर्दैन । त्यति काम प्रकृतिले पूरा गरेर छोडिदिन्छ । मनुष्यत्व तिमीले नै आर्जित गर्नुपर्छ । त्यसैले मान्छे सङ्कटमा जिउँछ ।

मान्छेलाई छोडेर सबै पशुहरू शान्त छन्,; किनभने प्रकृतिले काम पूरा गरिदियो र उनीहरूलाई कहीँ पनि पुग्नु छैन । तिमी कुनै कुकुरसँग, तँ अरू कुकुरभन्दा कमसल कुकुर होस् भन्न सक्दैनौ । सबै कुकुर बराबर हुन् । दुब्लो छ, मोटो छ, बलवान् छ, कमजोर छ, तर कुकुरपनमा कुनै फरक हुँदैन । तर सबै मान्छे बराबर मान्छे हुँदैनन् । मान्छेपनमा फरक हुन्छ । दुब्लो-पातलो मान्छे पनि निकै ठूलो मान्छे हुन सक्छ । मोटो-तागतिलो मान्छे पनि असाध्यै सानो मान्छे हुन सक्छ ।

नयाँ गुणधर्म शुरू हुन्छ मान्छेबाट । कुन कुराबाट तय हुन्छ ? जति होश हुन्छ, त्यत्ति नै बढी मनुष्यता फलित हुन्छ । जुन दिन तिमी होशले भरिन पुग्छौ, त्यही क्षण दिव्य बन्न पुग्छौ । खतरा पनि ठूलो छ; जो माथि उठ्छ, ऊ तल पछारिन पनि सक्छ । केवल त्यही तल पछारिन्छ, जो माथि उठ्ने क्षमताको हुन्छ; जो माथि उठ्न सक्दैन, ऊ तल पनि पछारिँदैन ।

यसैले तिमी जनावरहरूबीच बुद्ध, महावीर, कृष्ण पाउँदैनौ; तिमीले त्यहाँ हिटलर, स्टालिन, नेपोलियन र चङ्गेज खाँ पनि पाउँदैनौ । किनभने बुद्धत्व प्राप्त गर्न सक्दैन भने चङ्गेज खाँ हुने उपाय पनि रहँदैन । जहाँ पर्वत-शिखर हुन्छन्, त्यहीँ खाडलहरू पनि हुन्छन् ।

जापानको टोकियोमा एउटा चिडियाघर छ । दुनियाँका पशुहरू त्यहाँ एकत्रित छन् । ठूलो चिडियाघर छ, ठूलोभन्दा ठूलो चिडियाखाना हो । खतरनाकभन्दा पनि खतरनाक पशुहरू सिँह, बबर सिँह, चितुवा, हात्ती, गैंडा-जङ्गली जनावर, हिप्पोपोटामस तथा सबै प्रकारका जनावरहरूको बढी जमघट छ । पूरै चिडियाखाना घुमिसकेपछि आखिरमा एउटा कठघरामा एउटा सूचना झुन्ड्याइएको छ- द मोस्ट डेन्जरस एनिमल अफ अल ! अर्थात् सबैभन्दा खतरनाक जनावर ! तिमी एकदमै चाँडो कदम बढाऊँ छौ कुन जनावर रहेछ त्यहाँ थाहा पाउन । त्यहाँ तिमीले एउटा ऐना मात्र पाउने छौ, जसमा तिम्रो अनुहर देखा पर्नेछ । त्यो कठघरामा त कुनै जनावर थिएन ।

मान्छे निश्चय नै सबैभन्दा खतरनाक जनांवर हो । किनभने उसमा दिव्य बन्ने क्षमता छ, त्यसैले तल खस्ने उत्तिकै सम्भावना पनि छ । तिमी माथि गएनौ भने तिमी जहाँको त्यहीँ रहन सक्दैनौ, तिमी तल-तल खस्नेछौ । स्थिर ठाउँ छैन जगत्मा । यहाँ कोही स्थिर भइरहन सक्दैन । जाऊ माथिमाथि नत्र खसौला तल-तल । बीचमा रोकिइरहने कुनै ठाउँ छैन । त्यसैले तिमी चेतनातर्फ जाँदैनौ भने तिमी बिस्तारै-बिस्तारै मूर्च्छातर्फ जानेछौ ।

बडो आश्चर्यको कुरा छ, साना बच्चाहरू बढी सचेत हुन्छन् बुढाहरू भन्दा । के घटना घटित हुनजान्छ ? हुनुपर्थ्यो उल्टो । जीवनभरको अनुभवपछि बुढो मान्छे बढी सचेत र सावधान

हुनुपर्थ्यो । तर हुन्छ उल्टो, ऊ बढी चलाख हुनपुग्छ; अनुभवले त बढी बेइमान बनाउँछ; सिपालु चोर कुशल भएर निस्कन्छ संसारमा ।

एउटा बुढो कागले छोरोलाई शिक्षा दिइरहेको थियो । त्यसले भनिरहेको थियो- हेर्, मेरो अनुभवको कुरा हो । मान्छेसँग सावधान रहनू; मान्छे भरोसालायक छैन । कुनै मान्छेलाई तैंले ऊ निहुरिरहेको देखिस् भने तुरून्त उडिहाल्नू; ऊ ढुङ्गो टिप्न निहुरिएको हुन सक्छ । छोरोले भन्यो- त्यसले ढुङ्गो पहिले नै खल्तीमा हालेर आएको रहेछ भने ? यो सुन्नासाथ बुढो काग उड्यो । त्यसले भन्यो- यो केटो पनि खतरनाक रै'छ; यसको नजिक बस्न ठीक छैन ।

बुढो मान्छे केवल जीवनको अनुभवबाट बढी जागरूक हुँदैनन्, बरू बढी बेइमान हुन पुग्छन्, धूर्त बन्छन् । चलाखीबाट के पाउँछन् ? यहाँ केही पाउनु नै छैन ! न सोझो मिजासको हुँदैमा गुम्ने नै केही छ, न चलाखीले यहाँ केही पाइने नै छ । यहाँ हामीले जे बनाइरहेका छौं, त्यो बालुवामा बनाएको भवन हो; बनिहाल्यो भने पनि ढल्छ, बनेन भने पनि खासै फरक पर्दैन ।

बच्चाहरू बढी नै चेतनायुक्त भएजस्तो लाग्छ । बच्चालाई हेर ! उनीहरूका आँखा बढी होशपूर्ण भएझैं लाग्छ । उनीहरू बढी सजग हुन खोजेको जस्तो लाग्छ । उनीहरूलाई सुताउनका लागि हामीले उपाय गुर्नपर्ने हुन्छ । सबै किसिमका उपाय गरेर हामी उनीहरूका इन्द्रियलाई निस्तेज पारिदिन्छौं, ताकि उनीहरूको सचेतनमा कमी आओस् । हामी उनीहरूलाई मजाले हाँस्न दिंदैनौं; च्याँट्टिएर रून दिंदैनौं, दौडन, उफ्रन, हामफाल्न दिंदैनौं । उनीहरूको जीवन-ऊर्जालाई सबैतिरबाट थुनिदिन्छौं । उनीहरूलाई हामी सकेसम्म चाँडो बेइमान बनाउन चाहन्छौं ।

मुल्ला नसरूद्दीनको छोरोसँग मैले सोधें, तिमी कति वर्षका भयौ ? उसले भन्यो, घरमा सात वर्ष र बसमा पाँच वर्ष ।

यो छोरोलाई बाउचाहिंले आफ्नो बाटोमा हिंडाइसकेछ !

एउटा घरमा म पाहुना थिएँ । यसै नै मेरो कानमा आएर ठोकियो । घरकी गृहिणीले आफ्नो बच्चोलाई सुताउँदै थिइन् अर्कोपट्टि कोठामा । ऊ निदाइरहेको थिएन; थप्थपाइरहेकी थिइन् । त्यसलाई भनिन्, सुत् ! राति केही चाहियो भने ठूलो स्वरले आमालाई बोलाउनू अनि बा तुरून्तै आइपुग्छन् ।

आमालाई बोलाउनू, पिताजी तुरून्त आइपुग्छन् । सबै आमाहरूले यही सिकाउँछन् । तर यो बच्चोलाई के सिकाइराखिएको छ ? एक झुट, एक बेइमानी, एक चलाखी ! बच्चालाई दूधसँग हामी विष पियाउन शुरू गर्छौं । हाम्रो पूरा कोसिस बच्चालाई छिटोभन्दा छिटो बेइमानी, चलाखी सिकाउने हाम्रो कोसिस भइरहेको छ ।

दुनियाँमा जब यथार्थ संस्कृतिको आरम्भ होला र शिक्षाले सही रूप लेला, त्यो समयमा पहिलो कुरा जुन बच्चोलाई सिकाउनुपर्ने हो त्यो हो होसपूर्ण हुनु । तुरीय सिकाउनुपर्ने विषय हो; र सबै त सिकाउन लायक पनि छैनन् । बाँकी सबै कामचलाउ मात्रै हुन् । बच्चो ताजा हुन्छ जसरी तिमी बिहान ताजा हुन्छौ थोरै भए पनि । त्यसो त तिम्रो दाँजोमा बच्चो कैयौं गुना बढी ताजा हुन्छ; त्यसको जीवनको बिहानी हो । बच्चोलाई तुरीयको सूत्र जाग्ने कला सिकाइयोस्, ऊ बुढो हुँदा शिखरमै पुग्नेछ, बुद्धत्वमा पुग्नेछ ।

एउटै चीज साध्नु छ त्यो हो: तीनै अवस्थामा तेलकै भाँती सिन्चन गर- तुरीयको, होशको, विवेकको, जागरणको, अमूर्च्छाको, अप्रमादको ।

'यस्तो मग्न बन्यो स्व-चित्तमा प्रवेश गऱ्यो ।'

यस्तो मग्न बन्यो स्व-चित्तमा प्रवेश भइहाल्यो ।

'मग्नः स्वचित्ते प्रविशेत् ।'

जो तुरीयमा मग्न बन्यो, उसका लागि योभन्दा बढी अरू कुनै मग्नता छैन । तिम्रा मदिराहरूले क्षणभर रस दिन्छन् होला, फेरि त रस सुकिहाल्छ । तुरीयको रस कहिल्यै सुक्दैन । त्यो रसधारा शाश्वत छ । र जो त्यसमा मग्न भयो; जो त्यसमा नाच्यो; जो त्यसबाट भरियो; जसको रौं-रौंमा तुरीय भिज्यो; जसको हुनुको ढङ्ग नै जाग्नु बन्यो; जसको उठ्नु-बस्नुमा तुरीय उठ्यो र बस्यो; जसको चल-फिरमा तुरीय चल्यो र फिऱ्यो; जसको जीवनको कण-कण तुरीयमा स्नान गऱ्यो; जो यसरी मग्न बन्यो, उही नै स्व-चित्तमा प्रवेश गर्छ । अन्यथा तिमी स्वयम्सँग अपरिचित रहन पुग्नेछौ । यस संसारमा सबैसँग परिचित हुन पुग्नेछौ, बस स्वयम्सँग अपरिचित रहनेछौ । यो सारा संसार तिम्रो परिवार हुनेछ, तर आफैंप्रति तिमी बिरानो भइराख्नेछौ ।

तिमी निकै धेरै कुरा अरूका विषयमा भन्न सक्छौ, उनीहरूको नाम, ठेगाना तिमीलाई थाहा छ; तर आफ्नो सम्बन्धमा तिमीलाई

केही पनि थाहा छैन । जबसम्म कसैले स्वयम्लाई जान्दैन्, उसले जानेको सबै दुई कौडीको हुन्छ । त्यो जान्नुको कुनै पनि मूल्य हुँदैन, किनभने त्यसको आधारमा अज्ञान छ ।

'यस्तो मग्न बन्यो स्व-चित्तमा प्रवेश गर्‍यो ।'

तिमी तीनै अवस्थालाई सिँच्दै रहन्छौ भने तुरीयलाई चाँडै पाउँनेछौ, तिम्रो जीवनको बिरूवामा तुरीय अवस्था आयो भनेर बुझ्नै हुन्छ । बुद्धको हिँडाइ, उठाइ, बसाइ भिन्न छ । उनी उठे भने पनि जागरण हुन्छ; हिँड्छन् भने पनि जागरण हुन्छ । उनीबाट जे पनि घटित हुन्छ, त्यो मूर्च्छामा घटित भइरहेको हुँदैन । त्यसमा होश हुन्छ । उनी जे पनि गर्छन्, सचेतनमा हुन्छ ।

तिमीले अहिलेसम्म जे जति गर्‍यौ ती अचेतनमा भए । यद्यपि तिमी भन्छौ मैले जानिबुझी गरेको हुँ । त्यो पनि झूटो कुरा हो । तिम्रो बच्चा कपडा च्यातेर घर आयो, स्लेट फुटाएर घर फर्कियो, र तिमीले उसलाई पिट्यौ, हप्कायौ, दप्कायौ । तिमी भनौला मैले होशपूर्वक गरेको हुँ; बच्चोलाई सुधार्नका लागि गरेको हुँ । तिमी यसको थोरै विश्लेषण गर । तिमीले सोचेर गरेका हौ त ? सत्य हो त तिमी होशपूर्वक थियौ ? तिमी क्रुद्ध भयौ, तिमी रिसायौ र तिमीले बच्चोसँग बदला लिएको होइन र ? बच्चोले तिम्रो आज्ञाको उल्लङ्घन गर्‍यो, तिमी उसँग बेखुश छौ । तिमी बेखुश छौ त्यसैले तिमीले जे पनि गरिरहेका छौ । त्यो बेहोशीमा भएको हो; किनभने क्रोध बेहोशी हुन्छ । तिमीले जे भनिरहेका छौ त्यो केवल सम्झाउने बुझाउने कुरा हो । तिमी जे भनिरहेका छौ सुधारका लागि ।

मुल्ला नसरूद्दीन आफ्नो छोरालाई पिट्दै थिए । उनी छोरालाई भन्दै थिए- तेरै सुधारका लागि पिटेका हुँ । उनी भन्दै थिए, हेर्, तँ यस्तो छस् दिनको दुईपल्ट तँलाई पिटिनँ भने तँ ठीक बाटोमा लाग्दैनस् । म सानो छँदा मेरा बाले मलाई कहिल्यै पिटेनन् । छोरोले उनीतिर हेर्दै भन्यो, तपाईंको पिताजी भलो मान्छे हुनुपर्छ ।

तिमी पिट्दैछौ छोरोलाई र तिमी भन्दैछौ भलो गरिरहेको छु; छोरोले अर्कै बुझिरहेको छ । किनभने छोरोले तिमीले पिटेको हेरिरहेको छैन, तिम्रो क्रोधलाई हेरिरहेको छ । तिमीले जे गर्छौ, तिमी न्यासनलाइजेसन, तिमी त्यस वरिपरि तर्क उभ्याउँछौ । तिमी सम्झाउँछौ आफूलाई मैले बिल्कुलै ठीक गरिरहेको छु ।

हिजो एकजना मित्र अफ्नी पत्नीसँग मकहाँ आएका थिए। पत्नीले उनलाई ध्यान गर्न दिंदैन थिइन्। पत्नीको बुझाइमा यो ध्यान भनेको ढङ्गको काम होइन। यो पुरातन विचार हो। यो भनाइ त माथिमाथिको हो; अचेतन गहिरो कारण बिल्कुलै अर्कै छ। कुनै पनि पत्नी चाहँदैनन् पति ध्यान गरेर बसून् भनेर। कसैका पति चाहँदैनन् पत्नी ध्यान गरेर बसून्। किनभने जब कोही ध्यान गर्न थाल्छ पुरानो सम्बन्ध खतरामा पर्न जान्छ। ध्यानतिर मन लाग्यो कि काममा रस कम भएर जान्छ। यो अचेतन कारण हो। बाँकी सबै बहाना हुन्। बाँकी सबै माथि-माथिका हुन्। पति वेश्यालय जाऊन्; यसबाट पत्नीलाई कुनै फरक पर्दैन। तर पति संन्यासतिर उत्सुक हुन्छन् भने, यसले फरक पार्छ। वेश्यालय जाँदा पनि पत्नीको बाटोबाट निकै टाढा विरोधमा गइरहेको हुँदैन, किनभने उसको पतिमा अझै पनि उत्सुकता कायमै छ। तर ध्यानमा उत्सुकता बढ्नुको अर्थ भयो स्त्रीमा उत्सुकता हराएर जानु।

पत्नीका अगाडि चुनाव होस् पति वेश्यालय जाऊन् कि संन्यास लिऊन् ? पत्नीले चुन्ने छिन् वेश्याघर जाऊन्। पत्नीले सोच्छिन् घरमा बच्चाबच्ची छन्, उनीहरूलाई लालनपालन गर्नुछ, ध्यानमा लाग्यौ भने कसरी पालौला ?

ध्यान र बच्चाबच्चीको लालनपालनबीच कुनै विरोध छैन; न ध्यान र पसलमा काम गर्नुसँग कुनै विरोध छ। सत्य के हो भने ध्यानीले जति कुशलतापूर्वक कार्य सम्पन्न गर्नसक्छ, अरू कसैले पनि सक्दैन। किनभने ध्यानले संसारबाट अलग्याउँछ भित्र गहिराइमा, बाहिरबाट अलग्याउँदैन। बाहिर त सबै खेल त्यसरी नै चलिरहन्छ, तर खेल बनिसक्छ। भित्र एउटा नयाँ ज्योति जाग्न थाल्छ। बाहिरको अभिनय जारी रहिनैरहन्छ।

तर पति-पत्नीलाई कष्ट हुन्छ। बाहिरबाट उनीहरूले जे भनुन्, उनको बुझाइ यही हुन्छ कि ध्यानकै कारणले बाधा भइरहेका छन्, तर भित्री कारण अर्कै हुन्छ। यो भनाइको पछाडि कामवासनासँगको सम्बन्ध हुन्छ। ध्यानतिर लाग्नुको अर्थ कामवासनाको चहना शिथिल हुनु हो। पतिको उत्सुकता बिस्तारै-बिस्तारै कामवासनामा कम भएर जानेछ।

यता मकहाँ दिनदिनै यस्ता मित्रहरू आउँछन्, उनीहरू भन्छन्-पहिले मेरी पत्नीमा उत्सुकता नै थिएन कामवासनमा बिल्कुलै, तर

जब म ध्यानमा उत्सुक भएँ, ऊ एकदमै आक्रामक हुन थालेकी छ कामवासनाका लागि । आमहिसाबले स्त्रीहरूमा त्यत्तिको उत्सुकता हुँदैन; किनभने उनीहरूलाई लाग्छ उनीहरू निश्चिन्त छन्, कुनै भय छैन, कुनै खतरा छैन । उनीहरू यत्ति पनि उत्सुकता देखाउँदैनन् कामवासनामा, तर उनीहरू कामवासनामा यस्तै भाव राख्नुलाई ठीक भन्छन्, तिम्रा लागि । यो पनि झूटो हो । यो सरासर झूटो हो । जब पति चारतिर चक्कर लगाएर हिंडिराख्छन् त किन उत्सुकता देखाऊन् ? उनी आफ्नो शील र चरित्रको पतिभाव कायम राख्छिन् पतिका लागि निन्दित कार्यलाई पनि सहज रूपले अँगाल्छिन् । तर जब पति ध्यानमा उत्सुक हुनथाल्छ, फेरि नरमाइलो अवस्था आइदिन्छ उनीहरूका लागि । उनीहरू ठान्छन् अब खतरा छ, अब पतिलाई आफूपट्टि आकर्षित गर्न शरीरकै हिसाबले पनि जरूरी छ ।

यस्तै अवस्था पतिमा पनि घटित हुनपुग्छ । केही दिन अगाडि एउटी कसैकी पत्नी मकहाँ आइन् । उनी उत्सुक छिन्, यथार्थमै उत्सुक छिन्, र परिणाम गहिरो हुन सक्छ । उनको गुनासो छ उनका पतिले ओशोका किताबहरू बालिदिन्छन्, घरबाहिर फ्याँकिदिन्छन् । पति भन्छन् म हुँदाहुँदै तँलाई अरू कसैसँग सोध्न जाने जरूरत के छ ? सोध् के तँलाई सोध्नु छ ? जब म विद्यमान छु ! जब मैले बताउन सकिन केही......! पत्नीलाई राम्रोसँग थाहा छ पतिले के बताउन सक्छन् ।

पतिको अंहकारमा चोट पुग्छ । पत्नी कुनै गुरूमा उत्सुक भएको थाहा पाएर पतिको अंहकारमा भयानक चोट पुग्छ- उसलाई लाग्छ कोही मान्छे पत्नीको हृदयमा बस्न पुगेको छ । अनि कष्ट हुन्छ ! तर त्यो कष्टलाई सीधै भन्न पनि मिल्दैन ।

तिमीले जे पनि गरिरहेका छौ, जे पनि भनिरहेका छौ, त्यो साँच्चै सत्य हैन; भित्र कारण कुनै अर्कै होला । ध्यानिले सधैं कारण खोज्नुपर्छ भित्र । उसले मूल कारणलाई समात्नुपर्छ; किनभने मूल कारणलाई बदल्न सकिन्छ । तिमीले मूल कारणको ठाउँमा कुनै अरू कारण बुझेका छौ, जुन साँचो हैन, तब कुनै परिवर्तन हुन सक्तैन ।

जति-जति तिमी जाग्रत हुन्छौ, उति-उति तिमीले जीवनको मूल कारण देख्छौ । तिमीले थाहा पाउनेछौ तिमी छोरोसँग उसको गल्तीमा बेखुश भइरहेका छैनौ बरू तिमी यसकारणले बेखुस भइरहेका छौ कि तिमीलाई बेखुश हुनुमा रस लागेको छ । गल्ती त

बहाना हो। तिमी बेखुश हुँदै अफिसबाट फर्कियौ। तिमी बेखुश मालिकसँग हुन चाहेका थियौ, तर त्यहाँ तिमी बेखुश हुन सकेनौ। किनभने मालिकसँग बेखुश हुनु महङ्गो काम हो। बेखुशी अब तिमी कहीँ पनि हुन चाहन्नौ। पत्नीसँग तिमी बेखुश हुन सक्दैनौ, किनभने सयमा उनान्सय मौकाहरूका बेखुशीमा उनले तिमी पतिलाई जितिदिन्छिन्। महँगो काम त्यो पनि हो; किनभने उनी रिसाइन् त उनले दुई-चार दिनसम्म यही क्रम जारी राखिदिन्छिन्। पत्नीसँग केही नलागेर तिमी छोरोतिर सल्किन्छौ भने अब छोरो छोरै हो; त्यसले किताब च्यातेरै मात्र घर फर्किन्छ; अहिलेसम्म कुनै बुढ्यौली आएको त छैन। ऊ खराब बच्चाहरूसँग खेल्छ नै किनभने आफ्नो बच्चालाई छोडेर सबै बच्चाहरू गलत भएको मानिन्छ।

मैले एउटा सानो बच्चोलाई सोधें, तिमी असल बच्चा हौ ? सबैले तिमीलाई असल मान्छन् नि ? त्यसले भन्यो, सत्य भनूँ भने म त्यस्तो बच्चो हुँ जसलाई मेरी आमा अरूसँग खेल्न दिन्नन्।

तिम्रो बच्चालाई छोडेर बाँकी सबै बच्चा गलत हुन्। ऊ कसैसँग खेल्यो होला; कसैले उसको लुगा च्यात्यो होला; किताब च्यात्यो होला; खुट्टामा चोट लाग्यो होला। तिमी उसलाई समातौला किनभने ऊ कमजोर छ। तिमी रेचन अथवा क्रोधलाई निकाल्ने काम त्यसमाथि गरौला। तर तिमी भन्नेछौ, त्यसको सुधारका लागि गरेको हो।

जब-जब तिमी जागौला, तिमी पाउने छौ, साँचो कारण देखिन शुरू भयो। र जब साँचो कारण देखापर्छ, त तिनलाई छाडिदिन एकदमै सजिलो हुन्छ। फेरि कुनै कठिनाइ रहँदैन। तिमी हाँस्नेछौ पछि थाहा पाएर कि तिमीले कति झूटो जीवन आफ्नो चारैतिर उभ्याएका रैछौ ! तिमी आफैं एक झुट भयौ। यही झुटलाई बोकेर तिमी सत्यसम्म पुग्न चाहन्छौ ? तिमी कहिल्यै पुग्न सक्दैनौ।

मेरो हृदयमा संन्यासको अर्थ होः तिमीले झुटको जुन जाल उभ्याएका छौ, त्यसलाई समाप्त गरिदेऊ। जीवनलाई वास्तविक र प्रामाणिक जस्तो तिमी खराबभन्दा खराब, क्रोधीभन्दा क्रोधी छौ। अब क्रोधलाई लिप-पोत सिंगारपटार गरेर सुन्दर नबनाऊ। घाउलाई फूलले छोप्न खोजेर समाधान हुँदैन, घाउ अरू बढ्छ। आफूलाई नछोप, आफूलाई उघार। भनिदेऊ, यस्तो छु म, खराब छु त खराब, असल छु त असल। तर यसका लागि कुनै रेसनलाइजेसन,

कुनै तर्क, कुनै विचारका प्रक्रियाले ढाकछोपको कोसिस नगर। खराबीलाई छोप्न असल कारण नखोज। तिमीले असल कारण खोज्यौ भने खराबी कहिल्यै मरेर जानेछैन।

तिमीले क्रोध गर्दा पनि कारण असलै खोज्छौ। अनि क्रोध कसरी मर्छ ? असल कारणबाट तिमीले सहारा दिइरहेका छौ; तिमी क्रोधलाई पनि असल बनाइरहेका छौ; तिमीले त्यसको सजावट गर्‍यौ। तिमीले कारागारलाई पनि घरजस्तै बनाएका छौ; चारैतिर फूल-पात सजाएर, अब तिमी बडो मजामा छौ। तिमी रोगलाई पनि स्वास्थ्य जस्तै मानेर बसेका छौ। तब फेरि छुट्कारा हुनै सक्तैन।

व्यक्ति जति-जति जाग्रत हुन्छ, उति-उति पाउँछ त्यसको जागरण झूटो थियो, उस्तै-उस्तै पाउँछ, त्यसका सपना विकृत; त्यसको निद्रा अशान्त थियो। त्यसको तीनै तहमा एक बेचैन, एक कष्ट, एक उपद्रो चलिरहेको छ। जब-जब ऊ सत्यलाई देख्न थाल्छ झुटा कारणहरूलाई हटाइदिन्छ, त्यस्तै-त्यस्तै उसले पाउने छ झुटा कारणहरू हट्नासाथ। सत्य देखिनासाथ उसको होश अरू सघन हुनथाल्छ।

तिम्रो हालत ठीक त्यस्तै छ। कुनै मान्छे राति सुत्यो। भूकम्प आयो आधारातमा; बादल बेस्सरी गर्जियो, बिजुली चम्कियो। पत्नी हडबडाइन्। उनले पतिलाई उठाउँदै भनिन्, उठ्नोस् ! लाग्छ घर भत्किदैछ। त्यो मान्छेले भन्यो, हामी भाडा तिरेर बस्छौं। शान्तिसँग सुत। घर आफ्नो होइन, भत्के भत्क्योस्।

तिमी जुन घरमा बसिरहेका छौ त्यो भलै तिम्रो न होस्। भत्कियो भने तिमी मर्नेछौ र तिमीले जुन झुट उभ्याएका छौ त्यो भलै तिम्रो नहोस्, किनभने धेरैजसो झुट उधारा हुन्छन्- केही कुरा गुरूहरूबाट सिकेका छौ तिमीले, केही शास्त्रबाट सिकेका छौ, केही सम्प्रदायबाट सिक्यौ; ती विचार तिम्रा पनि हैनन् तर भत्किएमा तिमी मर्छौ। तिमी झुटहरूबाट घेरिएका छौ।

झुटा कुराहरू असरदार भएजस्तो लाग्छ अहिले; किनभने त्यसबाट तिमीलाई अनुहार सुन्दर बनाउनमा सुविधा मिल्छ। झुटबाट तिमी खुब सज-धज भएका लाग्छौ। भित्र दुःख छ, पीडा छ; बाहिर भने मुस्कुराहट छ। ती सबै झुट हुन्। राम्रो हो रूनु, आँसु झार्नु। बगेर जानदेऊ रङ्गरोगन जुन तिमीले बाहिरबाट लगाएका छौ,

यसबाट अन्यथा हुँदैन । किनभने केवल सत्यबाट सत्यसम्म पुग्न सकिन्छ ।

जब-जब तिमी जागरणका लागि सिँच्छौ, उति-उति सबै रङ्गरोगन बग्न थाल्ला । यो रङ्गरोगन बगेर जानुको नाम नै संन्यास हो । जब-जब तिमी भित्रैदेखि साँचो हुँदै जानेछौ, उति-उति तिमीले पाउनेछौ रोगलाई मेटाउन कत्ति पनि कठिन छैन ।

तर भूटो रोगलाई मेटाउन धेरै नै कठिन हुन्छ । मानौं तिमी क्यान्सरका रोगी हौ । तर डरका कारण तिमी यो स्वीकार गर्दैनौ; किनभने फेरि क्यान्सर हड्बडाउँछ । तिमी भन्छौ यो रूघा-खोकी हो; अरू केही हैन, रूघा-खोकी हो ! तिमीले रूघा-खोकीको ओखती खान्छौ । यसबाट के हुन्छ ? यसबाट कति समयसम्म धोका तिमी देऊला ?

गुरजिएफ आफ्ना शिष्यहरूसँग भन्थे, पहिलो कुरा साधकले जान्न जरूरी छ मुख्य रोग के हो ?

तर सबै साधकहरू त्यसलाई लुकाउँछन् । जसले मुख्यरोग लुकाउँछ, त्यसको निदान हुनै पाउँदैन, डाइग्नोसिस हुन पाउँदैन । तब तिमी भूटो रोगको उपचार गरिराख्छौ । त्यस उपचारपछि पनि तिमी मर्छौ, बच्न सक्दैनौ; किनभने त्यो रोग नै कहिल्यै तिम्रो रोग थिएन ।

मकहाँ मान्छेहरू आउँछन् । कसैले सोध्छन्, ईश्वरको खोजी गर्नुछ; कोही भन्छन्, आत्माको खोजी गर्नुछ ।

उनीहरूका अनुहारमा यस्तो कुनै खोजीको कुनै त्यस्तो लक्षण देखा पर्दैन । यो खोज भूटो छ । उनीहरू अरू नै चीजको खोजमा हुन्छन् । इश्वरको नाममा त्यसलाई लुकाइरहेका हुन्छन् ।

एक मित्र आएका थिए । बुढा छन् । उनले भने, बस् ईश्वरको खोजी गरिराखेको छु तीस वर्षदेखि ।

मैले भनें, तीस वर्ष धेरै लामो समय हो ! ईश्वर तिमीबाट लुकिराखेका नभए अहिलेसम्म भेट्टाइ सक्थ्यौ । यस्तो लाग्छ ईश्वर तिमीदेखि लुकिराखेका छन् । उनी लुकिराखेका छन् भने तीस जन्म पनि खै...... । तिमीले कहीं अन्यत्र नै खोजिराखेका छौ कि ? उनको धामतिर तिमी गएकै छैनौ कि ? कि तिमी आफैं उनीबाट लुकिरहेका छौ, कि त उनी तिमीसँग लुकिरहेका छन् । तिमी मलाई ठीक-ठीक भन, मामिला के हो ?

हैन, उनले भने मैले मिहिनेतका साथ खोजी गरिरहेको छु ईश्वरलाई; ध्यान-साधना आदि सबै गरिरहेकै छु । तर कुनै फल मिलेको छैन ।

कस्तो फल चाहन्छौ ?

कुनै सिद्धि हात परेन ।

अब यी मान्छेले ईश्वरलाई खोजेकै हैनन् । यी मान्छेले सिद्धि खोजिराखेका छन् । ईश्वरको नाम अगाडि राखिदिएका मात्र हुन् यिनले । सिद्धि खोजिराखेका छन्, बाहिरबाट ईश्वरको नाम राखिदिएका छन् । तिमी बजारमै पनि पाउँदैनौ बट्टामा केही लेखिएको होस् भित्रै अर्कै; तिमीले मन्दिरमा पनि यस्ता मान्छे पाउँछौ, बट्टामा केही लेखिएको छ, भित्र छ अर्कै ।

एक पति भान्सामा नुन खोज्दै थिए । निकै बेरपछि उनकी पत्नीले भनिन्, यति धेरैबेर लाग्नुको कारण के हो ? के तिमीले नुन देखेनौ ? उनले भने म खोज्दैछु, मैले त देख्नै सकिनँ । उनले भनिन्, त्यो त्यहीँ छ- त्यसको बट्टामा बेसार लेखिएको छ । आँखाकै अगाडि राखिएको छ । अन्धा हौ ?

सम्पूर्ण खोज यस्तै चलेको छ ! तिमीलाई साँच्चै थाहा छैन, तिमी के खोजिरहेका छौ ? किन खोजिरहेका छौ ?

जागरणलाई जति-जति सिँच्छौ, तिम्रो जीवनमा एक दिन त्यो दिशा आउने छ व्यर्थ गिरेर जान्छ, सार्थक मात्रै बच्छ । जुन दिन सार्थक मात्रै बच्नेछ, त्यसदिन गन्तव्य टाढा हुँदैन ।

'यसरी मग्न भयो....।'

जसै-जसै यो तुरीयको मग्नता भरिन्छ; जसै-जसै यो मस्तीपन तिम्रो जीवनमा आउनेछ..... यो मस्ती निकै अलग खाले छ ! भाषामा त हामीले उही शब्दको उपयोग गर्छौं जसको उपयोग भइराखेको छ । मदिरा कसैले पिउँछ, त त्यसको पनि एउटा मस्ती छ; तर त्यस मस्तीमा खुट्टा लर्बराउँछन् । यो मस्ती बिल्कुलै उल्टो छ । यहाँ लर्बरिएका खुट्टाहरू रोकिन्छन् । मदिराको बेग्लै मस्ती हुन्छ; त्यसमा मान्छेले आफूलाई बिर्सन्छ । त्यो मस्ती बिल्कुलै उल्टो हुन्छ; यहाँ मान्छेले आफूलाई याद गर्न थाल्छ । सेल्फ रिमेम्बरिङ, प्रेमभावको सन्तुष्टि सुन्दरता आउँछ, स्मृति आउँछ । मदिराको नशामा मान्छेले भुल-चुक गर्छ, गलततिर भट्किन पुग्छ । एक मस्ती तुरीयको हुन्छ, जहाँ मान्छेबाट भुल-चुक हुन असम्भव हुन्छ ।

अकबर एक दिन हात्तीमा सवार भएर निस्केका थिए, एकजनाले उनलाई गाली गर्न थाल्यो। ऊ छानामाथि उभिएको थियो। ऊ पक्राउ पऱ्यो। दोस्रो दिन दरबारमा हाजिर गराइयो। अकबरले सोधे, मूर्ख ! यो तैंले के गरिस् ?

उसले भन्यो म छँदै थिइनँ; त्यो बेला मैले मदिरा पिएको थिएँ। मैले गाली गरेको हैन; त्यही मदिराले गाली गरेको थियो। अब म आफैं पछुताइरहेको छु, अब म होसमा छु। तपाईंले मलाई सजाय नदिनोस्, किनभने म त्यो बेला थिइन।

अकबरले स्थिति बुझे, उनी तुरीयमा निकै उत्सुक थिए। अकबर ठूलै खोजीमा थिए, उनी जागृतिको सूत्रको खोजीमा थिए। उनले यथार्थ बुझे बेहोस मान्छेलाई के सजाय दिनू ? त्यस्तो मनिसले गल्ती गर्छ, यो निश्चित छ। त्यस्ता मानिसबाट ठीक बनोस्, यो चमत्कारै हो।

तिमीबाट कहिलेकाहिँ ठीक व्यवहार बन्छ भने त त्यो चमत्कार हो। तिमीबाट गलत हुन्छ, स्वभाविक हो। किनभने तिमी होशमा छैनौ। गुरजिएफ भन्थे तिमीले पाप गरेका छौ भन्दैमा त्यसैलाई लिएर परमात्माले तिमीलाई नर्क पठाउन सक्तैनन्, किनभने सबै पाप तिमीले बेहोशीमा गरेका हौ। बेहोश मानिसलाई अदालतले पनि माफ गरिदिन्छ। परमात्माले तिमीलाई नर्क पठाउन सक्तैनन्, तिमीले गरेका पापका लागि। किनभने तिमीले यी सबै बेहोशीमा गरेका हौ। भगवान् यति त समझदार होलान अदालतजस्तै। कसैले हत्या गरिदियो। मदिराको नशाको अवस्थामा हत्या गरेको हो भनेर सिद्ध गर्न सकियो भने अदालतले पनि विचार गरिदिन्छ; किनभने ऊ होशमा थिएन। थोरै सजाय देला। सजाय मदिरा पिएकोमा दिन सकिएला, तर हत्याका लागि के सजाय दिनु ! हत्याको बेलामा त्यो मान्छे थिएन नै।

तिमीले पाप गऱ्यौ, त्यो पनि बेहोशीमा; तिमी पुण्य पनि गरेका छौ, त्यो पनि बेहोशीमा। त्यसैले तिम्रो पाप र पुण्यमा ठूलो फरक छैन। ती दुवैको गुणधर्म एकैजस्तो लाग्छ। तिमी घर बसाऊ कि संन्यासी भएर मुनि बन, कुनै फरक छैन। तिमी बेहोश छौ ! तिमी पसलमा बेहोश छौ, तिमी मन्दिरमा पनि बेहोश रहन्छौ। तिमी कार्यलयमा बेहोश छौ, आफ्नै ठाउँमा पनि बेहोश अवस्थामा रहने छौ। यसमा केही फरक पर्दैन। लुगा लगाए पनि तिमी बेहोश छौ,

नाङ्गै रहेर पनि बेहोशमै रहौला । वास्तविक प्रश्न बेहोशीलाई नष्ट गर्नु हो; वास्तविक प्रश्न कृत्यलाई बदल्नु होइन । कृत्यलाई बदल्ने हो भने एकदमै सजिलो छ । एउटा कृत्यमा बेहोशी छ भने, दोस्रो कृत्यमा पनि बेहोशी आउन सक्छ ।

जो यसरी मग्न भयो, तुरीयलाई साध्यो, ऊ स्व-चित्तमा प्रवेश गर्छ । जसै कसैले स्व-चित्तमा प्रवेश गर्छ, त्यसको जीवनमा पहिलोपटक प्राण-समाचारको उदय हुन्छ ।

प्राण-समाचार अर्थात् सबैतिर परमात्म-ऊर्जाको स्फुरण छ- यस्तो अनुभवबाट, समदर्शनको स्थिति उपलब्ध हुनपुग्छ ।'

जब कुनै व्यक्तिले स्वयम्लाई चिन्छ् तत्क्षण उसले दियो सबैमा बलिरहेको देख्छ । जबसम्म तिमीले आफूलाई देख्दैनौ, तबसम्म अरू मानिसहरू तिमीलाई पराईजस्ता लागिरहन्छन् । जबसम्म तिमीले स्वयम् आफूलाई चिन्दैनौ, तबसम्म तिमी अरूलाई शत्रु ठानिरहन्छौ । जब तिमीले स्वयम्लाई देख्यौ, तिमीले सबैको माटोको पर्खालमा घेरिएको प्रकाशयुक्त दियोलाई देख्नेछौ; तिमी समदर्शी बन्नेछौ । अनि न कोही मित्र छन्, न कोही शत्रु; न कोही आफ्ना, न पराई । वस्तुतः तिमी सबैभित्र फैलिएका हुनेछौ । तब एउटा मात्रै विद्यमान हुनेछ ।

प्राण-समाचारलाई शिव-सूत्रमा भनिएको छ- अब तिमीलाई यो थाहा भयो कि सबैतर्फ एकै प्राण छ, सबै दियोमा एउटै ज्योति छ, सबै थोपामा एउटै सागरको निवास छ । कसैको दियो कालो छ, कसैको गोरो छ; कोही रातो माटोबाट बनेका छन्, कोही पहेंलो बाटोका बनेका छन्; कोही यो अनुहारका, कोही त्यो अनुहारका; कसैको यो नाम, कसैको त्यो रूप; तर भित्र बलेको ज्योतिको न कुनै नाम छ, न कुनै रूप । जसले आफूलाई चिन्यो, उसले आफूलाई सबैमा देख्यो ।

पहिलो घटना घटित हुन्छ तुरीयबाट, यो अवस्थामा तिमीले स्वयम्लाई चिन्छौ; तत्क्षण अर्को घटना घटित हुन्छ तिमी परमात्मालाई पनि चिन्छौ । आत्मालाई चिन्यौ यता, उता परमात्मा प्रकट भए ।

परमात्मालाई सोझै नखोज् । यसरी खोज्दा त्यो कल्पना मात्रै हुनेछ । तिमी कुनै स्थानमा बसीबसी कल्पना गर्न सक्छौ, कृष्णले बाँसुरी बजाइरहेका छन् ! यसबाट कुनै परमात्मा पाइँदैन । यो मात्र

सपना हो । मीठो सपना हो । यो सपनामा र अरू सपनामा कुनै पनि अन्तर छैन; मनको कल्पना हो । तिमी कल्पना गर्नसक्छौ तिमीलाई महावीरको दर्शन भइरहेको छ; बुद्धको दर्शन भइरहेको छ; रामको दर्शन भइरहेको छ । कैयौं मानिसहरू यही कल्पना गर्दै दिन बिताउँछन्; बसीबसी सपना देख्दै गरेका हुन्छन् । ती धार्मिक सपना पनि हुन्, तर सपना सपना नै हुन् ।

परमात्मालाई सोझै खोज्ने कुनै उपाय छैन; किनभने त्यसको द्वार तिमी स्वयम् हौ । जबसम्म तिमी आफ्नो द्वारबाट भित्रिन्नौ, त्यसको द्वार बन्दै रहन्छ । आत्मा परमात्माको द्वार हो । उता खुल्यो द्वार, यता तिमीले चिन्यौ आफैंलाई, परमात्मा प्रकट भए । तब तिमीले सबैतिर त्यसैलाई देख्न थाल्नेछौ । बृक्षमा, ढुङ्गामा, चट्टानमा उनै आबद्ध छन् । कहीं बेस्सरी निदाएका छन्; कहीं पूरै जागेका छन् । कहीं सपनामा हराएका छन्, कहीं निद्रा छ, कहीं होश छ; तर उही हुन् ।

त्यो एकको प्रतीतिलाई शिवले प्राण-समाचार भनेका छन् । तर स्वयम्लाई चिन्नेवालालाई मात्रै उपलब्ध हुन्छ ।

जब कुनै व्यक्ति समदर्शनमा स्थिर हुन्छ, ऊ शिवतुल्य बन्छ ।

'शिवतुल्यो जायते ।'

फेरि ऊ स्वयम् परमात्मा बन्यो । तिमी त्यसबेलासम्म 'म' हौ, जबसम्म तिमीलाई आफ्नो पत्तो लाग्दैन । यो कुरा निकै विरोधाभासी लाग्न सक्छ । तिमी तबसम्म चिच्याउँदै हुन्छौ म, म, म भनेर, जबसम्म तिमीलाई थाहा हुँदैन तिमी को हौ । जुन दिन तिमीलाई थाहा लाग्नेछ, त्यही दिन 'म' नष्ट हुन्छ, 'तँ' पनि नष्ट हुन्छ । त्यो दिनदेखि तिमी शिवतुल्य हुनेछौ । त्यो दिनदेखि तिमी स्वयम् परमात्मा भयौ । रातदिन अहर्निश नाद सुनिनेछ- अहं ब्रह्मास्मि । त्यस दिनदेखि तिमीले यो दोहन्याउने छैनौ, यो तिमीले जान्नेछौ । त्यो दिनदेखि यसलाई तिमीले सम्झनुपर्ने छैन; यो स्वयम् तिम्रो अस्तित्व हुनेछ; यो तिम्रो अनुभूति हुनेछ । त्यो दिनदेखि सबैतिर एकको नाद, एकको निनाद ध्वनि हुनेछ, जसरी थोपो सागरमा बिलाउँछ, सीमा मेटिन्छ, असीम हुनपुग्छ ! तब तिमी शिवतुल्य बन्नेछौ ।

शिवको यही चेष्टा हो । बुद्धको यही प्रयास हो तिमीलाई पनि आफूजस्तै बनाउने । उनीहरूले बुझेका परम आनन्द तिम्रो पनि

सम्पदा हो । तिमी अहिले बीजको रूपमा छौ, उनीहरू वृक्ष भइसके । ती वृक्षले तिमीलाई भनिरहेका छन्- तिमी बीज मात्रै भइनराख, वृक्ष बन । तबसम्म तिमीलाई शान्ति मिल्ने छैन जबसम्म तिमी शिवतुल्य बन्दैनौ । योभन्दा थोरै शर्तमा मानिस चित्त बुझाउने खालको छैन । योभन्दा थोरैमा आत्मा तृप्त हुँदैन; तिर्खा रहिनैरहन्छ । जतिसुकै संसारको पानी खाऊ, तिर्खा मेटिने छैन अर्थात् जबसम्म परमात्मालाई हृदयले पिउँदैनौ । त्यसपछि तिर्खा सधैंका लागि हराएरै जान्छ । सबै वासनाहरू, सबै दौड, सबै स्वार्थ, चाहना समाप्त भएर लोप हुन्छन्; तिमी त्यही भयौ, जुन परम हो । त्यसभन्दा माथि फेरि अरू कुनै छैन ।

तीन अवस्थामा चौथो अवस्थालाई तेलकै किसिमले सिन्चन गर, ताकि यस्तो मग्न बन कि तिम्रो स्व-चित्तमा प्रवेश होस्, ताकि प्राण-समाचार प्राप्त होस्; ताकि तिमी बुझ्न सक सबैमा एक मत्र विद्यमान वा विराजमान छ, समदर्शन होस्; ताकि तिमी शिवतुल्य बन ।

नवौं प्रवचन

साधु, सहज समाधि भलो !

कथा जपः ।	*उनी जे बोल्छन्, त्यही जप हो ।*
दानमात्मज्ञानम् ।	*आत्मज्ञान नै उनको दान हो ।*
योऽविपस्थो ज्ञाहेतुश्च ।	*जुन अन्तस शक्तिहरूका स्वामी र ज्ञानको कारण हो ।*
स्वशक्ति प्रचयोऽस्य विश्वम् ।	*स्वशक्तिको समूह अर्थात् सतत विलास नै यसको विश्व हो ।*
स्थितिलयौ ।	*र, उसले स्वेच्छाले स्थिति र लय गरिदिन्छ ।*

तिमी जे भन्छौ, त्यो प्रार्थनामा निर्भर हुँदैन । तिमी के हौ, यो त्यसमा निर्भर हुन्छ । तिमी केको पूजा गर्छौ, त्योसँग पनि सम्बन्धित हुँदैन; तिमी के हौ, त्योसँग मात्र सम्बन्धित हुन्छ । धर्मको सम्बन्ध कृत्यसँग हैन, अस्तित्वसँग छ । तिमीभित्रको केन्द्रमा प्रेम छ भने तिम्रो परिधिमा प्रार्थना होला । तिमी भित्रको केन्द्रमा निरन्तर शान्ति छ भने तिम्रो बाहिरको केन्द्रमा ध्यान लाग्नेछ । आफू भित्रको केन्द्रमा पल-पल होश छ भने पूरै जीवन तपश्चर्याको हुनेछ ।

यसको उल्टो हुँदैन । परिधि बदलिंदा केन्द्र बदलिँदैन । केन्द्र बदलिएमा परिधि आफै बदलिन्छ; किनभने परिधि तिम्रो छायाँ हो । छायाँलाई बदलेर कसैले स्वयम्लाई बदल्न सक्दैन; स्वयम् बदलिएमा छायाँ आफै बदलिन्छ, त्यसका लागि मिहिनेत गरिरहनुपर्दैन ।

यो तथ्य जान्नु निकै महत्वपूर्ण छ । किनभने अधिकाश मानिसहरू परिधिलाई बदल्नमा नै जीवन नष्ट गरिदिन्छन्; आचरणलाई बदल्नका लागि सबै चीज दाउमा राख्छन् । जब कि

आचरण बदलियो भने पनि कतै केही बदलिएको अनुभव हुँदैन। तिमी आचरणलाई जति सुकै बदल, तिमी तिमी नै रहन्छौ। पहिले चोरी गर्थ्यौ, साधु बनौला; धन सोहोर्थ्यौ, बाँड्न थालौला; तर तिमी त तिमी नै रहन्छौ नि। धनको मूल्य तिम्रो आँखामा त्यही नै रहला; जुन मूल्य चोरी गर्ने समयमा थियो, त्यहीँ मूल्य दान गर्दाको समयमा रहनेछ। चोरी गर्ने बेला तिमी सम्झन्थ्यौ धन असाध्यै मूल्यवान् छ, दान दिने बेला पनि तिमी सम्झने छौ धन असाध्यै मूल्यवान् छ। धन माटो भएन। नत्र माटोलाई कसैले दान दिन्छ ?

धन साँच्चै माटो बन्यो भने तिमी आफ्ना काम नलाग्ने सामानहरू अरूलाई दान दिन जाऔला ? कसैले लियो तिम्रो धन भने तिमी ठान्छौ उसले तिमीलाई अनुगृहीत गऱ्यौ ? के तिमी चाहौला उसले फर्केर तिमीलाई धन्यवाद देओस् ? धन साँच्चैमा व्यर्थ भयो भने जसले तिम्रो धन स्वीकार गऱ्यो, तिमी नै त्यसप्रति अनुगृहीत होऊला। तिमी सोच्नेछौ, अहो भाग्य मेरो ! यो असल मानिसले काम नलाग्ने अंश लियो, अस्वीकार गरेन।

तर दानीले यस्तो सोच्दैन। एकै पैसा मात्र पनि दिन्छन् भने त्यसको वापत केही चाहन्छन्।

एकजना मारवाडीको मृत्यु भयो। ऊ स्वर्गको ढोकामा पुग्यो। उसले स्वर्गको द्वारमा घच्घच्यायो। उनलाई पक्का विश्वास थियो द्वार अवश्य खुल्छ; किनभने उसले दान गरेको थियो। द्वार खुल्यो, द्वारपालले उसलाई तलदेखि माथिसम्म हेरे; किनभने स्वर्गमा कृत्यको चिनारी हुँदैन, व्यक्तिलाई सोझै हेरिन्छ। द्वारपालले भने, शायद गल्तीले तपाईं यहाँ ढोका घच्घच्याउन आइपुग्नु भो। ऊ त्यो अगाडिको ढोकामा घच्घच्याउनु होस्, त्यो नर्कको द्वार हो, त्यहाँ घच्घच्याउनुहोस्।

त्यो कुरा सुनेर मारवाडी रिसायो। उसले भन्यो, तिमीकहाँ मेरो विषयमा खबर आइपुगेन ? हिजै मात्र पनि मैले एउटी बूढी आइमाईलाई दुई पैसा दान दिएको थिएँ। एक दिनअघि पनि एउटा अन्धो अखबार बच्ने केटोलाई मैले एक पैसा दिएको थिएँ।

दानको हिसाबकिताब आएपछि द्वारपाललाई खाता-बही हेर्नुपर्ने अवस्था आयो। त्यहाँ तीन पैसा मारवाडीको नाममा लेखिएको रहेछ। द्वारपाल चिन्तामा पऱ्यो। द्वरपालले सोध्यो, केही अरू पनि दान गरेका थियौ ? मारवाडीले भन्यो, अहिले याद आएन। गरेको

भए त याद आउँदैनथ्यो र ! जसलाई तीन पैसाको याद छ, उसले दान गरेको भए याद आउँदैनथ्यो र ! खाता-बहीमा फेरि खोजियो, ती तीन पैसा मात्रै उसको नाममा लेखिएको पाइयो । त्यही तीन पैसाको बलले उसले स्वर्गको द्वार ठटाइरहेको थियो, घमण्डका साथ ।

द्वारपालले आफ्नो साथीसँग सोध्यो, के गर्ने यसलाई ? साथीले खल्तीबाट तीन पैसा निकाल्यो र भन्यो, यसलाई फिर्ता दिऊँ र अर्को अगाडिको ढोका ढक्ढक्याऊ भनूँ ।

पैसाले कहिल्यै स्वर्गको द्वार खुलेको थाहा छ ? तिमी चाहे पैसा समात कि छोड, दुवै हालतमा मूल्य रूपान्तरित हुँदैन । तिमी चाहे संसारमा बस, चाहे पलायन होऊ, संसारको मूल्य जहाँको त्यहीँ रहन्छ । तिमी पिठ्युँ फर्काऊ कि मुख, यात्रामा खासै फरक पर्दैन, जबसम्म तिमी केन्द्रबाट बदलिन्नौ ।

आचरण हैन, भित्रै क्रान्ति चाहिँन्छ । जब अन्तस बदलिन्छ, सबै चीज बदलिएर जान्छ । यो भित्री क्रान्तिको सूत्र हो । एक-एक सूत्रलाई अति ध्यानपूर्वक बुझ्ने कोसिस गर । त्यसको कणमात्र पनि तिमीभित्र छिरेमा झिल्को भेटेसरह हुनेछ । तिमीभित्र थोरै भए पनि सुकेको बारूद छ भने त्यो अवश्य पड्कन्छ । तिमीले बारूदलाई ओसमा राखेका छौ भने झिल्को पर्नासाथ निभिहाल्छ, बल्दैन ।

तिम्रो कठिनाइ तिमीले सत्य सुन्ने मौका पाउँदनौ भन्ने पनि होइन । तिमी आफैं पनि सत्यलाई निभाउन वा निस्तेज पार्न कुशल छौ । तिमीभित्रका सबै बारूद ओसिएका छन् । भर्भराउँदो फिलिङ्गो नै त्यहाँ परे पनि आगो बल्दैन, निभ्छ, बारूद सल्कँदैन । कसरी भिजे तिम्रा बारूदहरू ? जति ज्ञान तिमीसँग छ, त्यत्ति नै मात्रमा तिम्रो बारूद भिजेको छ । जतिजति तिमी मैले जानेको छु भनेर सोच्छौ, त्यत्ति नै तिम्रो बारूद भिज्छ । त्यही कारणले ज्ञानको झिल्कोलाई पनि तिमीले निभाइदिन्छौ । तिम्रो ज्ञानले ज्ञानको झिल्कोलाई पनि तिमीभित्रसम्म पुग्न दिँदैन; त्यही द्वारमा उभिएको हुन्छ । त्यसले बाहिरैबाट भित्र पस्नबाट अस्वीकृत गरिदिन्छ ।

तिमी आफ्नो ज्ञानमा बेहोश छौ । ध्यानमा राख, ज्ञानभन्दा लाग्ने मदिरा खोज्न मुश्किल छ; किनभने त्यसबाट भन्दा बढी सूक्ष्म अहंकार कुनै अरू चीजबाट आउँदैन । धनले पनि यति धेरै अहंकार दिन सक्दैन । किनभने धन चोरिएरजान सक्छ, सरकार बदलिन

सक्छ, कम्युनिस्ट आउन सक्छ, जे पनि हुन सक्छ । धनको कुनै पक्का भरोसा छैन । तर ज्ञान चोरिने अवस्थामा रहँदैन, कसैले खोस्न सक्दैन । तिमी कारागारमै थुनियौ भने पनि तिम्रो ज्ञान तिमीसँगै रहिरहन्छ, कसैले लिन सक्दैन । त्यसैले धनीमा पनि त्यस्तो घमण्ड हुँदैन, जति पण्डितहरूमा हुन्छ । त्यही घमण्डले तिमीभित्रको बारूदलाई भिजाइदिन्छ । त्यो घमण्डलाई छोडिदेऊ, तिम्रा बारूदहरू सुक्नेछन् । तब एउटै झिल्कोले पनि तिमीलाई बदल्न सक्छ; किनभने त्यसका लागि धेरै आगोको जरूरत पर्दैन । बारूद बाल्न एउटा सानो भिल्को पनि पर्याप्त हुन्छ । बल्ने खालको होइन भने, त अगुल्टै झोसे पनि बल्दैन ।

सूत्र नै झिल्को हो । यसलाई आफ्ना ज्ञानभन्दा पर राखेर बुझ्ने कोसिस गर; किनभने ज्ञानको सहयोगबाट बुझ्न खोज्यौ भने बुझ्ने छैनौ ।

पहिलो सूत्र होः *'कथा जपः ।'*

जो शिवतुल्य भए–हिजो जुन हाम्रो आखिरी सूत्र थियो–उनीहरू जो शिवतुल्य भए, तिनीहरूले जे-जे बोल्छन्, त्यही जप हो । उनीहरू के बोल्छन्, यो प्रश्न होइन । तिनीहरू जे बोल्छन्, त्यही जप हो । किनभने तिनीहरूका हृदयमा संसार थिएन, वासना थिएन, अँध्यारो थिएन । त्यस्ता मानिसको हृदयमा प्रकाश हुन्छ । त्यो हृदयमा अब जे आउँछ, त्यही जप हो । त्यसबाट जपबाहेक अन्य आउनै सक्दैन । प्रकाशबाट अन्धकार कसरी निस्कन्छ ? प्रेमबाट घृणा कसरी निस्कन्छ ? करूणाबाट क्रोध कसरी निस्कन्छ ? अब उनीहरू भित्रबाट जे निस्कन्छ, त्यही जप हो ।

जिससको निकै प्रसिद्ध बचन छ, तिमी जे-जे आफ्नो मुखमा हाल्छौ, त्यसबाट स्वर्गको राज्य प्राप्त हुँदैन; तिम्रो मुखबाट जे-जे निस्कन्छन्, त्यसबाट स्वर्गको राज्य प्राप्त हुनेछ । तिमी आफूभित्र जे-जे हाल्छौ त्यसबाट तय हुँदैन; तिमीभित्रबाट जेजे आउँछ, त्यसैले खबर दिन्छ तिमी को हौ ।

शिवतुल्य भयो, उसले जप गर्दैन । जपको जरूरत पर्दैन; किनभने उसले जेजे गर्छ, त्यही जप हुनेछ ।

कबीरले भनेका छन्ः बसी बसी परिक्रमा ।

कबीरलाई कसैले सोध्यो, तिमीले कहिल्यै जप गरेको देखिँन्न नि ! कतिखेर गर्छौ पूजा ? कतिखेर गर्छौ प्रार्थना ? मान्छेहरू भन्ने गर्छन् तिमी महाभक्त हौ तर तिमी भक्ति कतिखेर गर्छौ ? जतिखेर पनि काममै लागेका देखिन्छौ; कपडा बुन्छौ, बेच्न बजार जान्छौ । तर कहिल्यै तिमी ध्यानमा बसेको र पूजा गर्न मन्दिरमा गएको कहिल्यै देखिँदैनौ ?

कबीरले भने, म जे गर्छु, त्यही मेरो परिक्रमा; जे बोल्छु, त्यही मेरो जप; म हुनु नै मेरो ध्यान ।

ध्यानमा उत्सुक हुँदा तिमी के गर्छौ ? तिमी आफ्ना कामको एउटा सानो कुनो ध्यानलाई दिन्छौ । जब कि ध्यान काम होइन । तिमी पसल चलाउँछौ, बजार जान्छौ । गर्नै पर्छ । काम-धन्दा, जीवनको नियमित काम बाहिरी परिधिमा चलिराख्छ । त्यही परिधिमा एउटा कुनो तिमी ध्यानका लागि पनि दिइराख्छौ । तिमी सोच्छौ बजार जानुभन्दा पहिले एक छिन मन्दिर पुगेर आइहालूँ ।

यो फरकलाई राम्ररी बुझ । तिमी जेजे गर्छौ त्यसैमा ध्यानलाई पनि जोडिदिन्छौ; र पच्चीसौं काम गर्छौ, त्यसैमा एउटा काम ध्यानको हुन्छ । तिम्रो संसारमा हजार व्यस्तता छन्, त्यसैमा ईश्वर पनि एक अर्को व्यस्तता भएको छ । तब तिमी ईश्वरबाट बञ्चित रहनेछौ । ईश्वर परिधिमा हुनै सक्दैनन् । जहाँ पसल छ, बजार छ, काम छ, त्यहाँ तिनीहरूसँग ईश्वरको कुनै सम्बन्ध हुँदैन । ईश्वर तिम्रो अन्तस्तल हो, जहाँ तिमी छौ । कामको जगत्मा छैनन् उनी । तिम्रा सबै काम विश्राममा जान्छन्, केवल तिमी बाँकी रहन्छौ; जहाँ कुनै कर्ता बाँकी रहँदैन, जहाँ केवल साक्षीमात्रै बाँकी रहन्छ- त्यहीँ उसको घर हो ।

ईश्वरले तिम्रो एउटा अङ्गलाई मात्र घेरेर बस्दैन; ऊ महान् छ, विराट् छ; तिमी पूरै घेरिन्छौ भने न त्यसले तिमीलाई घेर्नसक्छ । तिमीले भन्यौ, केही थोरै समय तिमीलाई पनि दिन्छु, त तिमी भट्किन्छौ । जुन दिन तिमी आफूलाई नै पूरा दिन्नौ ! यसको यो अर्थ होइन कि तिमीले कुनै कामै गर्न पाउन्नौ । तिमी काम अरू पनि अनेकौं गर्न पाउँछौ । तर त्यसबखत प्रत्येक कानमा ईश्वरकै धून बज्न थाल्नेछ । तब ऊ तिमीभित्रै हुनेछ- जसरी श्वास चलिराखेको छ । तिमी बजार जान्छौ, त्यतिखेर तिमी श्वास लिन बन्द गर्दैनौ । तिमी दोकानमा बस्छौ, त्यसबखत तिमी श्वास लिन

बन्द गर्दैनौ। तिमी कसैसँग कुराकानी गर्छौ, त्यसबखत तिमी श्वास लिन बन्द गर्दैनौ। श्वास कामको हिस्सा होइन। तिमी स्वतः सबै गरिरहन्छौ, भित्र श्वास चलिरहेकै हुन्छ। जब परमात्मा तिमी भित्रको हिस्सा बन्ला, तिमी सबै गरिरहन्छौ र पनि त्यसको धारा तिमीभित्र अविछिन्न बग्दै रहनेछ। तिम्रो गराइसँग त्यसको कुनै प्रतियोगिता हुँदैन। ऊ संसारको हिस्सा होइन। गर्नुले संसार बन्छ। कृत्यले संसार बन्छ।

यसैले हामी भन्छौं, जबसम्म कुनै कर्मसँग जोडिइरहिन्छ, संसार सम्बन्धित बनिरहिन्छ; जब अकर्मको प्राप्ति हुन्छ, तब परमात्मा उपलब्ध हुन्छ। अकर्मको अर्थ हो- तिम्रो अस्तित्व, जहाँ गर्नुको कुनै प्रश्नै रहँदैन; जहाँ तिमी केवल छौ, तिमी हुनु मात्र; त्यहाँबाट तिमी जोडियौ।

शिवतुल्य भएको मानिसले जे बोल्छ, त्यही जप हो। तिमी उसलाई प्रार्थना गरिरहेको पाउने छैनौ; किनभने अब प्रार्थनालाई भिन्दै किसिमले गर्नुपर्ने कुनै जरूरत रहँदैन। तिमी उसलाई पूजा गर्दैरहेको पाउने छैनौ, किनभने अब मन्दिरमा गएर पूजा गरिराख्ने आवश्यकता रहेन। अब ऊ स्वयम् पूजा हो। त्यसैले उसले जे गर्छ, त्यसमा तिमीले गहिरिएर हेऱ्यौ भने सबै ठाउँमा पूजा पाउनेछौ। उसको श्वास फेर्ने प्रक्रिया पनि जप हो। उसले हात हल्लाउँछ भने त्यो पूजा हो। ऊ उठ्छ, बस्छ, जे गरे पनि परिक्रमा हुन्छ।

शिवतुल्य भएको मानिसको सम्पूर्ण आचरण साधना हुन्छ। उसलाई साधना पनि गर्न पर्दैन, किनभने जसलाई साधना गर्नुपर्ने हुन्छ ऊ कहिल्यै सहज बन्दैन। जसलाई साधनाको आवश्यक छ, ऊ कुनै न कुनै बेला थाक्छ। थाकेपछि विश्राम गरिन्छ। विश्रामको अर्थ हुन्छ- विपरीतमा जानु।

तिमीले आफ्नो साधुतालाई साधेका छौ भने केही दिन अर्थात् छ दिनसम्म साधौला, सातौं दिन थाकेर विश्राम गर्नुपर्ला। त्यो विश्रामको दिन तिमी असाधु बन्नेछौ। यसैले तिम्रा साधुका जीवनमा असाधुका क्षण पक्कै हुन्छन्। किनभने साधुतासँग पनि तिमी थाक्नेछौ। एक दिन तिमीले छुट्टी लिनु पर्ने हुन्छ। कृत्यलाई कसैले पनि अनवरत चालुराख्न सक्दैन; थकान आउँछ। त्यसैले साधुहरू पनि छुट्टीमा रहन्छन्। उनीहरूले छुट्टी लिंदैनन् भने तनाव ज्यादै बढ्नेछ।

त्यसैले साधुको जीवनमा पनि असाधुताका क्षणहरू हुन्छन्; असाधुका जीवनमा पनि साधुताका क्षणहरू हुन्छन् । तिमीले पुण्यको क्षण नभएको पापी कहिले पनि पाउने छैनौ; किनभने पापबाट थाकेपछि उसले विपरीत स्थितिमा विश्राम लिनैपर्छ । तिमी त्यस्ता पुण्यात्मा पनि पाउन सक्दैनौ, जसको जीवनमा पापको क्षण नहोस्; किनभने पुण्यबाट थाकेपछि पापमा विश्राम लिन्छ, नलिई रहनै सक्दैन । सधैं विपरीतमा गएर डुब्नैपर्छ, मन हलुका पार्न ।

हामी त्यसलाई सन्त भन्छौं, जसले साधुता साधेको छैन; जसको साधुता सहज स्वभाव छ । फेरि उसलाई कुनै विश्राम चाहिँदैन । तिमी श्वास फेर्दा कहिल्यै विश्राम लिँदैनौ, आज श्वास नलिऊँ विश्राम गरौं कहिले पनि भन्दैनौ । तिमी 'हुनुलाई' कहिल्यै विश्राम दिँदैनौ । जबसम्म तिम्रो अन्तसमा शिवत्व प्रवेश गर्दैन, तबसम्म सबै कुराहरू बाहिरी-बाहिरी भइरहने छन् । जस्तै, तिमीले सुन्दर लुगा लगाएका छौ । भित्र फोहरमैला छ भने ती सुन्दर लुगाले कतिन्जेल छोप्ला ? तिमीले सुगन्ध छर्केका छौ तर भित्रचाहिँ दुर्गन्धित अवस्था छ । त्यो दुर्गन्धलाई तिमी कसरी छोपौला ? हुन सक्छ, अरूबाट लुकाउला पनि; तर आफूबाट कसरी लुकाउँछौ ?

त्यसैले तिम्रा साधुहरू प्रसन्न देखिँदैनन्, आनन्दित देखिन्नन् । उनीहरूले अरूलाई साधु देख्छन्, आफूलाई त उनीहरू असाधु नै देखिरहन्छन् । नृत्य आउँदैन उनीहरूको जीवनमा । उनीहरूको क्रोधमा कुनै अन्तर परेको छैन । भित्र उनीहरू जलिरहन्छन् । तिमीबाट लुक्न सक्छ, किनभने तिमीले लुगालाई मात्रै देख्छौ । जसले आफूलाई आफैंबाट लुकाएर राखेको छ, ऊ कसरी बच्न सक्ला ! त्यसले त देखेकै छ । त्यही देखापर्नुले काँढाले झैं घोचिरहन्छ । जबसम्म साधु नाच्न सक्दैन, तबसम्म बुझ्नू त्यसको साधुता जतनसँग छोपेर राखेको चाहिँ हो । जतनसँग छोपेको झुट हुन्छ; जुन सहज हुन्छ, त्यही सत्य हो ।

यसैले कबीरले बारम्बार भन्छन्: *साधु, सहज समाधि भलो !*

सहज समाधिको अर्थ हो- जसलाई जतनसँग लुकाउन नपरोस् । लुकाएर स्याहार गरिराख्छौ भने तिमी अवश्य थाक्छौ । आज नभए भोलि त्यही बोझ बन्छ । यस्तो घटना घटित कहिले होला ? जब शिवत्व अन्तसबाट आउला; जब तिमी शिवतुल्य हुनेछौ ।

ध्यान रहोस्, यो कुनै भविष्यको आदर्श होइन । बुझ्न सक्यौ कि यसै क्षण घटित हुन सक्छ । कृत्यमा समय लाग्छ । गर्नु छ समय लाग्छ नै । यो त छलाङ हो । यो कुनै कृत्य होइन । यो बोध हो । यसलाई गर्नुको जरूरत छैन, केवल देख्नुको जरूरत छ । यो त्यस्तै हो, जस्तो कुनै मान्छेको खल्तीमा हीरा छ, उसलाई त्यो हीरा आफूसँग छ भन्ने कुरा थाहै छैन । खल्तीमा हीरा भए पनि ऊ सडकमा भिख मागिरहेको होस् । अचानक कसैले त्यसलाई भन्छ, तँ किन भिख माग्दैछस् पागल, तेरो खल्तीबाट त किरण निस्केको जस्तो लाग्दैछ, लाग्छ खल्तीमा हीरा छ ! उसले खल्तीमा हात हाल्यो र हीरा बाहिर झिक्यो ।

तिमीभित्र शिवत्व सधैं बसेकै छ । त्यो तिम्रो परम्परागत खजाना हो । त्यसलाई पाउन केहीबेर लाग्दैन, तिमीले केवल गर्नु आवश्यक छ, केवल आँखा मोडेर हेर्न जरूरत छ । त्यो कहीं कतै भविष्यमा हुन्थ्यो भने फेरि कठिनाइ थियो, फेरि समयलाग्थ्यो, जन्म-जन्म लागेर त्यहाँ पुग्थ्यौ । तर त्यो तिमीभित्र छ । त्यसैले शिवत्वलाई पाउने हैन, केवल आविष्कार गर्नुछ; केवल त्यतातिर हेर्नुछ । जस्तै, कसैले प्याजको पत्र-पत्र च्यात्दै छ । अब के हुन्छ ? एक-एक पत्र निस्कँदै जान्छ, अर्को पत्र अगाडि-अगाडि आउँछ । पत्र उघार्दै जाऊ, पत्र कोट्याउँदै जाऊ । त्यस्तो क्षण आउनेछ, सबै पत्रहरू झिकी सकिन्छन्, अन्त्यमा शून्य हात लाग्छ । यस्तै गरी मानिसभित्र पनि पत्रपत्रका तहहरू छन् । शिवत्व चाहिँ शून्यजस्तै हो ।

यी पत्र वा तहहरूको विषयमा हामी केही बुझौं, ती उघार्न सजिला छन्; तिम्रो जीवन पनि शिवको जस्तो होस्; तिमीले बोल्नु पनि जप हुन्छ ।

पहिलो पत्र के हो ? पहिलो पत्र शरीर हो । धेरै मानिस यही पहिलो पत्रलाई नै आफ्नो सबै थोक हो भन्ने भाव लिएर बाँछन् । यो त महलको कुनै सिँढीमा बसेर त्यही सिँढीलाई नै घर सम्झेझैं भयो । उनीहरूलाई थाहा नै हुन्न सिँढी घर हैन, केवल घरसम्म पुग्ने उपायमात्रै हो भन्ने ज्ञान । उनीहरू त्यही स्थानमा खान्छन्, पिउँछन्, खाना बनाउँछन्, बिहेबारी गर्छन्, बच्चाबच्ची जन्माउँछन् । तिनीहरूका सन्तानलाई महलबारे पत्तोसम्म हुँदैन, किनभने उनीहरू सिँढीमै जन्मन्छन्; त्यही उनीहरूको घर हुन्छ, उनीहरू त्यहीं बस्छन् । उनीहरू कहिल्यै फर्केर हेर्दैनन् यी सिँढीहरूलाई र हामी

बलेसी बाहिरै जीवन बिताइरहका छौं, हामी माथि कहिले पनि गएनौं । महल त्यहीं छ । उनीहरू कहिल्यै ढोका ढक्ढक्याउनसम्म पनि आउँदैनन् । जन्म-जन्मदेखि यही भ्रममा छन् । द्वार करीब-करीब जाम भई नसखुल्ने भइसकेको छ । द्वार पर्खालजस्तो लाग्न थालिसक्यो । अब द्वार कहाँ छ त्यो पनि थाहा नहुने अवस्था भइसकेको छ ।

पहिलो पत्र वा तह हो शरीर । शरीरमा तिमी जिउँछौ । यस्तो तादात्म्य सम्बन्ध छ, तिमीलाई लाग्छ तिमी स्वयम् शरीर हौ ।

शरीर मेरो हो, म हैन; मेरो कहिल्यै पनि म हुन सक्तैन । जे मेरो हो, त्यो चीज मेरो हातमै हुन्छ, तर त्यो चीज म होइन । तिम्रो खुट्टा काटिओस्, तिमी काटिँदैनौ, खुट्टो खुट्टोमात्रै काटिन्छ । तिमी शरीर भएको भए खुट्टो काटिँदा तिमीलाई लाग्थ्यो, ममा अब केही कमी भयो; एउटा खुट्टो काटियो, म पनि कम भएँ । खुट्टो काटियोस्, आँखा फुटोस्, कान नसुनिने होस्, हात भाँचियोस्, तिमीमा केही पनि अन्तर पर्दैन । शरीर अपाङ्ग पनि हुन्छ, तर तिमी पूरै छौ ।

त्यसैले शायद कुरूपभन्दा कुरूप मान्छे पनि भित्रभित्रै आफूलाई कुरूप मान्दैन; किनभने भित्र त ऊ सुन्दर नै छ । त्यसैले होला कुरूपभन्दा कुरूप मान्छेले पनि आफू कुरूप भएको स्वीकार्न सक्दैन । पापीभन्दा पापी मान्छे पनि आफूलाई पापी स्वीकार्न सक्दैन । खराबभन्दा खराब मान्छे भित्री पनि चहकिलो स्वरूप रहन्छ, ऊ आफूलाई शुभ ठान्छ । खराबभन्दा खराब मान्छे पनि यसो भनिरहको हुन्छः भुल भयो तर म खराब मान्छे हैन; भयो गल्ती, तर पनि म खराब मान्छे होइन । उसले कृत्यलाई गलत मान्न सक्ला, तर आफूलाई गलत मान्दैन । उसलाई थाहा छैन किन यस्तो लाग्छ ?

वरिपरि तिम्रो परिवारका, छिमेकका, गाउँका मानिसहरू मर्छन्; तर पनि तिमीलाई कहिल्यै म पनि एकदिन मर्छु भन्ने बुद्धि आउँदैन । जरूर कुनै गहिरो कुरा हुनुपर्छ; किनभने घटना यति धेरै घटित हुन्छन् कि म मर्छु भन्ने भावना नै आउँदैन, बडो अचम्मको कुरा छ । सबै मरिरहेका देखेर पनि तिमीभित्र यसको चोट गहिरिएर पस्दैन र बस्दैन । कसैले सबै एकदिन मर्नुपर्छ भनेर सम्झायो भने पनि तिमीले यति भन्छौ, हुनसक्छ । तर तिमीभित्र निरन्तर ध्वनि गुञ्जिइरहन्छ, त्यसले भन्छ अरू कोही मर्छन्, म मर्दिन । अन्यथा जीउन मुश्किल हुन्छ । जहाँ मृत्यु यति धेरै रूपमा घटित हुन्छ, जहाँ

हरेक मान्छे क्यूमा उभिएका छन् मर्नलाई, जहाँ तिमी पनि क्यूमा नै उभिएका छौ, त्यहाँ पनि तिमी यति मजासँग बाँचिरहेका छौ शाश्वत जीवनझैं । केही भित्री कारण छ ।

कारण के हो भने भित्र जो छ, ऊ कहिल्यै मर्नेखालको छैन । तिमी कैयौं शरीरसँग जोडियौ, त्यो भित्री सत्य, तिमी जतिसुकै झूटो मान्न खोज, झूटो हुनै सक्दैन । जतिसुकै नशा होस्, तर पनि भित्रको स्वर-सत्यको स्वर- गुञ्जिइरहन्छ ।

मैले एक बिहानै मुल्ला नसरूद्दीनलाई घरको बाहिरपट्टि बसिरहेको देखें । खुलेर हाँसिरहेका छन् । आनन्दित र आल्हादित छन् । मैले सोधें, के भयो नसरूद्दीन ? यत्तिको खुशी तिमी कहिल्यै देखिएका थिएनौ ! उनले भने, गजब भयो । मैले पूरा कथा नभनेसम्म तिमीले बुझ्न सक्दैनौ । मैले भनें, तिमी पूरै कथा सुनाऊ । उनले भने, हामी दुई दाजुभाइ थियौं । जुम्ल्याहा । एकैखाले रूपरङ थियो । कसैले पनि फरक छुट्याउन सक्दैनथे । यसले गर्दा म जिन्दगीभर नोक्सानमा रहें । स्कुलमा मेरो भाइले कसैलाई ढुङ्गाले हान्थ्यो, सजाय मैले पाउथें । उसले चोर्थ्यो, म पक्राउ पर्थें । घरमा पनि यही कठिनाइ थियो । उपद्रो ऊ गरेर आउँथ्यो, छिमेकका मानिसहरूले मलाई पक्रन्थे । आखिरी उपद्रो तब भयो, एउटी केटीसँग मेरो प्रेम थियो, उसले त्यही केटीलाई टिपेर भाग्यो ।

मैले सोधें, यसमा तिमीलाई यति धेरै प्रसन्नता किन ? नसरूद्दीनले भने, सात दिन पहिले सबै हिसाब-किताब चुक्ता भयो । म मरें तर मानिसहरूले उसको अन्त्येष्टि गरिदिए ।

यति धेरै बेहोशी कसैमा पनि हुँदैन । तिमी जतिसुकै मिल्दा जुम्ल्याहा किन नहौ, तर पनि यस्तो भुल हुनै सक्तैन । नसरूद्दीनले असाध्यै बढी मदिरा पिएर बसेका थिए ।

तिमीले असाध्यै धेरै मदिरा पिइराखेका छौ धेरै जन्मजन्मदेखि; तर फेरि पनि त्यति मदिरा कहिल्यै हुँदैन ताकि तिम्रो होशलाई पूरै डुबाइदेओस् । तिम्रो होश माथि-माथि भएर बाहिर आउँछ । तिमीले भित्रभित्रै भनेका छौ, म मर्ने छैन । सबै तथ्यले बताउँछन् एकदिन तिम्रो पनि मृत्यु अवश्य घटित हुन्छ । फेरि पनि तिमी मर्दिन भनेर सोचिरहन्छौ ।

तिमी त्यसरी नै बाँच्दै छौ जस्तो सधैं यहाँ बाँच्नुछ । त्यसैले धेरै नै गल्ती हुन्छ । बलियो घर बनाउँछौ मानौं तिमीलाई सधैं यहाँ रहनु छ, कतै जानु छैन । तिम्रो भुलमा पनि कतै न कतै सत्यको झलक होला, होइन भने यो भुल बन्द हुन्छ । तिमी घर त्यस्तो मजबुत तरिकाले बनाउँछौ मानौं तिमीलाई यहाँ सधैं रहनुछ । बलिया पर्खालहरू ठड्याउँछौ, ढुङ्गै-ढुङ्गाको ।

तिमीले कहिले पनि सोच्दैनौ भोलि मरेर जानुछ भनेर । सबै मर्छन्, मरेका पनि छन्, तिमी पनि मरौला, यो सोझो र सफा गणित हो; तर फेरि पनि भित्र कुनै शाश्वत छ, यसैले तिम्रो हर स्थितिमा त्यस शाश्वतको झलक देखिन्छ ।

शरीर तिम्रो हो, तिमी होइनौ । शरीरमा तिमी छौ, शरीर तिमी होइनौ । शरीर पहिलो तह वा पत्र हो, जससँग सम्बन्ध गाँसियो । त्योसँग तिमी लामो समयसम्म रहेका छौ, एक अर्कोसँग टपक्क मिलेझैं जोडिन पुग्यौ; जुम्ल्याहा भयौ, साथ-साथै जन्मिएका हौ । त्यसैले तिमी पनि भुलभुलैयामा छौ कुन कुन हो, अनुहार चिन्नै र छुट्याउनै सक्दैनौ । यही भुललाई सहयोग पुग्छ, किनभने बाहिरबाट हेर्नेले तिम्रो शरीरलाई मात्र देख्छ, तिमीलाई देख्दैनन् । उनीहरू तिम्रो शरीरको अनुहारलाई तिम्रो अनुहार मान्छन् । उनीहरू तिम्रो शरीरको आकृतिलाई तिम्रै आकृति मान्छन् । उनीहरू धेरै छन्, तिमी एक्लो छौ । उनीहरू सबैले तिम्रो शरीरलाई नै तिमी मान्छन् । उनीहरू सबैको भनाइ र बुझाइले पनि तिमीलाई प्रभावित पार्छ । तिम्रो शरीर कुरूप छ, तेसैले उनीहरू तिमी कुरूप छौ भन्ने गर्छन् । शरीर सुन्दर छ भने उनीहरू भन्छन् तिमी सुन्दर छौ । शरीर बुढो छ भने उनीहरू भन्छन् तिमी बूढा हौ । शरीर जवान छ भने उनीहरू भन्छन् तिमी जवान छौ । उनीहरूको सङ्ख्या बढी छ; तिमी एक्लो छौ । उनीहरू धेरै छन्; उनीहरू सबैको बुझाइले पनि तिम्रो यो शरीर-भावलाई गहिऱ्याउँछ । तर उनीहरूमध्ये कसैले पनि तिम्रो आत्मालाई देख्दैनन् ।

उपनिषद्मा कथा छ– सम्राट जनकले पण्डितहरूको विशाल सभा बोलाए; सबै आत्मज्ञानीहरूलाई निमन्त्रणा पठाए । उनी चाहन्थे परम सत्यका सम्बन्धका केही उद्घाटन हुन सकोस् । परम सत्यलाई उद्घाटित गर्नेलाई धेरै धनधान्य उपहार दिने उनको योजना थियो । यो निमन्त्रणा ख्याति पाएकाहरूले मात्र पाएका थिए । स्वभाविक

रूपमा त्यस्ताका हजारौं शिष्य हुन्छन्; उनीहरूलाई मान्छेहरूले चिनेका हुन्छन्; उनीहरूले शास्त्र लेखेका हुन्छन्; उनीहरूकै पाण्डित्यको चर्चा हुन्छ; उनीहरू वाद-विवादमा कुशल थिए ।

तर पनि एक व्यक्तिलाई निम्ता गरिएन । शायद जानेर बुझेर निम्ता दिइएको थिएन । ती व्यक्तिको नाम अष्टावक्र थियो । उनको शरीर आठ ठाउँमा टेढोमेढो थियो । देख्दैमा अप्रीतिकर अनुभव हुन्थ्यो, विकर्षण हुन्थ्यो । यस्तो शरीर भएका कहीं आत्मज्ञानी हुन सक्छन् !

अष्टावक्रका पितालाईँ भने निम्ता पुगेको थियो । आवश्यक काम परेर होला अष्टावक्र आफ्ना पितालाई डाक्न जनकको दरबारमा गएका थिए । उनी दरबारभित्र पस्दा पण्डितहरूको ठूलो सङ्ख्या जम्मा भइसकेको थियो । उनीहरू उनलाई देखेर हाँस्न थाले । उनी रूपको कारणले यसैका योग्य थिए । उनको शरीर साँच्चै कुरूप थियो- आठ ठाउँमा टेढोमेढो । हिँड्दा यस्तो लाग्थ्यो उनी कुनै ठट्टा गर्दैछ । बोलिरहँदा यस्तो लाग्थ्यो उनी कुनै व्यङ्ग्य सुनाउँदै छन् । उनी कार्टुनकै रूपमा थिए, साँचो अर्थमा उनी मानिसजस्ता थिएनन् । उनी सर्कसका जोक्करजस्ता थिए । ऊँटजस्तो मान्छे देखेर, उनको चाल र ढाललाई देखेर त्यहाँ उपस्थित सबै हाँस्न लागे । उनी पनि ठूलो स्वर निकालेर हाँसे ।

उनको ठूलो हाँसोले सबैलाई चुप पारिदियो । उनीहरू सबै अचम्मित भए । ऊ किन हाँस्छ ? जनकले सोधे, "यी मानिसहरू किन हाँसिरहेका छन्, त्यो त मैले बुझें । अष्टावक्र ! तिमी किन हाँस्यौ ?" अष्टावक्रले भने, "म किन हाँसें भने सार्कीहरूको यो सभालाई तपाईंले पण्डितहरूको सभा ठान्नुभएको रहेछ । यी सबै सार्की हुन् । यिनीहरूले शरीर मात्र देख्छन्, छाला मात्रै देख्छन् । यहाँ म सबैभन्दा सीधा छु, त्यसलाई यिनीहरू अष्टावक्र देख्छन् । यी सबै बाङ्गा छन् ! तपाईंले यिनीहरूबाट ज्ञान पाउने आशा गर्नु भएको छ । तपाईं बालुवा निचोरेर तेल झिक्ने कोसिस गर्दै हुनु हुँदोरहेछ । ज्ञान चाहिएको भए मकहाँ आउनू !

अष्टावक्रले ठीक भने । तर यस्तो हुनेगर्छ; किनभने बाहिरको आँखाले बाहिर मात्र देख्न सक्छ । तिमी पनि बाहिरी आँखाबाट दुःखी छौ, किनभने सबैतिर आँखै-आँखा छन्, ती सबैले तिम्रो शरीरलाई मात्र देख्छन् । शरीर सुन्दर छ भने तिमी सुन्दर, शरीर

कुरूप छ भने तिमी कुरूप। ती पण्डितहरूको होहल्ला ठूलो छ, उनीहरूका धारणा मजबुत छन्; बहुमत उनीहरूकै छ। तिमी सधैं अल्पमतमा छौ, उनीहरूकै बहुमत छ। उनीहरूसँग तिमीले हाऱ्यौ भने पनि आश्चर्य मान्नु पर्दैन। तिमी आफूलाई शरीर नै मान्छौ नि, यसमा पनि आश्चर्य छैन। आश्चर्य तब हुन्छ जब तिमी यी मान्छेहरूका आँखाबाट बच्न सक्छौ र म शरीर होइन भनेर चिन्न सक्छौ।

समाजबाट मुक्त हुनुको यही अर्थ हो। समाजबाट मुक्त हुनुको अर्थ हिमालयतिर लाग्नु होइन। समाजबाट मुक्त हुनुको अर्थ हो- चारैतिरको भीडको आँखाले तिमीलाई जे भन्छ, त्यसबाट मुक्त हुनु हो। यो निकै कठिन छ। किनभने सबै मानिसहरूले एउटै कुरा दोहऱ्याउँछन् भने वा एउटै कुरा निरन्तर दोहोऱ्याउछन् भने असत्य पनि सत्यजस्तै चम्किन थाल्छ। तिमी जतिसुकै स्वस्थ होऊ, पूरै गाउँले तिमी बिरामी छौ भन्छन् भने र तिमीलाई जाहाँ भेटे पनि मानिसहरूले तिमी बिरामी छौ भने भने तिमी चाँडै बिरामी हुन्छौ। किनभने यो महामन्त्र हुनपुग्छ, यो सजेसन हुनेछ। यति धेरै मान्छेहरूले भनिरहेका छन् भने म अवश्य पनि बिरामी नै छु होला। बच्न निकै मुश्किल हुनेछ।

दुनियाँले मलाई तिमी शरीर हौ भन्दै आएको छ। मानिसले मात्रै हैन, ढुङ्गो, माटो, जमिन, आकाश सबैले मलाई तिमी शरीर हौ भन्दै आएका छन्। एउटा काँढो बिझेछ भने आत्मामा त बिझ्ने हैन, शरीरमा बिझ्छ। एउटा ढुङ्गो टिपेर तिमीलाई हिर्काउँछ भने आत्माबाट रगत निस्केर बग्ने पनि हैन, शरीरबाटै बग्छ। टुक्राटाक्री, ढुङ्गो, काँडा, जमिन, आकाश, सबैले भनिरहेका छन्- तिमी शरीर हौ। यति धेरै पुनरूक्तिलाई खण्डित गर्न निकै कठिन हुन्छ!

तिमी एक्लो छौ; सबैका विरूद्ध लाग्ने तिमी एक्लो छौ। किनभने तिमी भित्र छौ, बाँकी सबै तिमीबाट बाहिर छन्। उनीहरूले भन्दा यसमा कुनै त्यस्तो भुल हुँदैन; किनभने उनीहरूले तिम्रो शरीरलाई मात्र देखेका छन्, पहिलो पत्र वा तह मात्र देखापर्छ। तिम्रा छिमेकीलाई तिम्रो घरको अग्रभाग मात्र देखापर्छ; तिम्रो घरको भित्री कक्ष देखापर्दैन। उनीहरू सम्झिन्छन्, यो अग्रभाग नै तिम्रो घर हो।

उनीहरूले यसो सम्झिनु पनि ठीक हो। तिमीले पनि यही कुरालाई मान्यता दिन्छौ भने यहाँ भ्रान्ति हुन्छ।

समाजबाट मुक्त हुनुको अर्थ हो- बाहिरका आँखाहरूको जुन प्रभाव तिमीमा परेको छ, त्यसबाट मुक्त हुनु। जसले समाजका आँखाबाट आफूलाई मुक्त पायो, उसले शरीरभित्र म छु, तर म शरीरचाहिँ होइन भनेर स्पष्ट देख्न थाल्छ।

पहिलो पत्र-तहलाई उधार्न शुरू गर। बिस्तारै-बिस्तारै यो स्मरणलाई प्रगाढ पार म शरीर होइन। यसलाई अनुभवमा उतार। केवल दोहऱ्याउनुले काम चल्दैन। जब काँढा बिझ्छ, स्मरण रहोस् काँढा खुट्टोमा बिझ्यो, पीडा खुट्टोमा हुन्छ, म हेर्ने पात्र मात्र हुँ। काँढो ममा बिझ्नै सक्दैन। पीडा मभित्र हुन सक्दैन। म यो कुराको ज्ञान भएको प्रकाश हुँ।

यसैले तिमी अचेतन हुँदा काँढा बिझेको पत्तो नै हुँदैन। डाक्टरले अप्रेसन गर्नुछ भने एनेस्थेसिया दिन्छन्, बेहोश पार्छन्। खुट्टो काटियोस्, हात काटियोस्, पूरै शरीर काटियोस्, टुक्रा-टुक्रा पारियोस्, तिमीलाई थाहा हुन्न। तिमी शरीर भएको भए तिमीलाई काटेको थाहा हुन्थ्यो। तर तिमी शरीर होइनौ, तिमी होश हौ। र डाक्टरले होश र शरीरको सम्बन्ध नष्ट गरिदिन्छ अपरेसन गर्दा। उनले तिमीलाई बेहोश गरिदिए। अब तिम्रो शरीरमा जे गरे पनि, तिमीलाई केही थाहा हुँदैन।

जसले जीवन र मृत्युबारे गहिरिएर प्रयोग गरेका छन्, उनीहरूको अनुभव छ- म पनि उनीहरूका अनुभवलाई बयानका रूपमा राख्छु- तिमी मरिसकेका हुन्छौ तिमीलाई दुई-चार दिनसम्म यथार्थ रूपले आफू मरेको थाहा हुँदैन। सामान्यतया तीन दिन लाग्छ तिमीलाई आफू मरेको थाहा पाउन। किनभने मृत्यु घटित हुनपुग्छ बेहोशीमा, शरीर छुट्छ बाहिरको। ठीक शरीरकै आकृतिको अर्को शरीर छ तिमीभित्र, मनोशरीर छ, त्यो तिमीसँगै रहन्छ। लगभग तीन दिन लाग्छ, त्योभन्दा बढी पनि लाग्न सक्छ, बिस्तारै-बिस्तारै तिम्रो बुझाइमा आउन शुरू हुन्छ तिमी मरेका छौ। अन्यथा तिमी भौंतारिन्छौ आफ्नै घर वरपर, आफ्ना मित्रहरू नजिक, पत्नी-बच्चाबच्चीहरूकै नजिक वरपर।

तीन दिनसम्म आत्माले वरपर भ्रमण गर्छ। अचम्म हुन्छ यो के भएको हो! कसैले मलाई देख्दैन! कसैले चिन्दैन! तिमी द्वारमै

उभिएका हुन्छौ, तिम्री पत्नी रूँदै निस्किन्छिन् । तिमीलाई पत्तै हुन्न भएको के हो ? मामिला के हो ? किनभने तिमी पूराका पूरा छौ, कुनै फरक कमी छैन तिमीमा । शरीर नहुँदैमा त्यस्तो कुनै कमी हुँदैन, कपडा फुकालेर राखेकोजस्तो मात्र हुन्छ । तिमी कपडा फुकाल र नाङ्गै उभिनू । के बदलियो ? तिमी त उहीँ रहने छौ । फेरि तिमीसँग त सूक्ष्म शरीर रहिरहन्छ- त्यही आकार, यही प्रतीति-समय लाग्छ । मरेर जाँदा साँच्चै तिमीलाई पत्तै हुन्न कि तिमी मऱ्यौ ।

तिब्बतमा मृत्युपछि बारदो नामको प्रक्रिया हुन्छ । मर्दैगरेको मान्छेलाई बौद्ध भिक्षुहरूले बारदो प्रक्रिया गराउँछन् । मानिस मरिरहेको हुन्छ, भिक्षुहरू सबैले उसलाई भनिरहन्छन्- अब तिम्रो शरीर तिमीबाट छुट्टिँदै छ । अब तिमी स्मरणमा राख तिमी शरीरबाट छुट्टिँदै छौ । अब तिमीले यो देहबाट छुट्टिनुपर्ने छ । यो कुरा तिमी स्मरण गर । तिमी होशपूर्वक मर, अहिले तिमीसँग जुन देह छ, त्यो देह भौतिक देह हैन, सूक्ष्म देह हो । अहिले तिमीले बाहिरी शरीरलाई छोड्दैछौ । तिमीसामु विकल्प छ, तिमीले कुन किसिमको गर्भमा जान चाहन्छौ । यसरी बारदो प्रक्रियामा मरिरहेको मान्छेलाई सुझाव सल्लाह दिइने गरिन्छ ।

तिब्बतले जति गहिरो खोज मृत्युका सम्बन्धमा गरेको छ, अरू कुनै जातिले गरेका छैनन् । व्यक्ति मरिरहेको छ उसलाई भिक्षुहरूले सल्लाह दिइरहेका हुन्छन् । आखिरी क्षणसम्म, शरीरबाट प्राण नछुटियुन्जेल, उसले भिक्षुले भनेका कुरा सुनिरहेको हुन्छ । यहाँ व्यक्ति मरिसक्छ तर पनि भिक्षु बोलिरहन्छन् । तिमी प्रश्न गर्छौ, अब तिमी कोसँग बोलिरहेका छौ ? अब बन्द गर । व्यक्ति त मरिसक्यो । त्यो मान्छेले शरीर छोडेपछि पनि सुनिरहन्छ, किनभने त्यसले कुनै फरक पार्दैन, शरीरबाट छुट्टिएर गयो भन्दैमा केही पनि फरक पर्दैन । उसले अहिले पनि सुनिरहेकै छ ।

उसको आउँदो जन्मलाई पनि प्रभावित पार्न सकिन्छ, कस्तो गर्भ ग्रहण गर्ने ? यसरी उसलाई यो जन्मको मोह र आशक्तिबाट मुक्त गर्न सकिन्छ । यी क्षणमा त्यो व्यक्तिलाई तिमी शरीर होइनौ भनेर पूरै बुझाउन सकिन्छ जुन अरू कुनै क्षण बुझाउन निकै कठिन हुन्छ । अहिले उसले म र शरीर छुट्टै रहेछ भनेर राम्ररी बुझ्छ । भिक्षुले भन्छ, हेर, अब तिमी माथि छौ र शरीर तल लडेको छ;

राम्ररी हेर ! यो शरीरलाई तिमीले आजसम्म आफू सम्फेका थियौ। तिमी शरीर होइनौ, अब तिम्रा मित्र, प्रियजनले यो शरीरलाई मसानघाट लैजाने छन्, तिमी यसलाई पछ्याऊ। त्यहाँ तिमीले यसको सद्गत गरेको हेर। यो शरीर खरानी बन्नेछ, फेरि पनि तिमीमा रत्तीभर कमी देखिँदैन। स्मरण राख्नू, यो कुरालाई आगामी जीवनको यात्रामा। फेरिफेरि शरीरसँग यति धेरै मोह नगर्नू। आगामी जन्ममा शुरूको क्षणदेखि तिमी शरीर होइनौ भन्ने कुरा स्मरणमा राख्नू। दुनियाँमा सबैले तिमीलाई भन्नेछन्- तिमी शरीर हौ। तर तिमीले आफ्नो स्मृति हराउन नदिनू। आफ्नो स्मृतिलाई उनीहरूका सुफाव सल्लाहले छोपिन नदिनू।

तिमीले मानिसहरूका सल्लाहलाई नकार्न सक्यौ भने आत्मज्ञान धेरै टाढा छैन।

पिकासो महान् चित्रकार थिए। यस शताब्दीमा उनको दाँजोमा कोही छैन। सल्लाह दिनेहरू त उनीकहाँ पनि पनि पुगिरहन्थे। सल्लाह दिनेहरूको कुनै कमी हुन्न। किनभने सत्य के हो भने नमागिकन सल्लाह केवल मूर्खले मात्रै दिन्छ। ज्ञानीहरूबाट सल्लाह लिनुछ भने निकै मेहनत गर्नैपर्छ, माग्नुपर्छ, अर्जित गर्नुपर्छ। मूर्खले मात्रै नमागिकन सल्लाह दिन्छ। राम्रै भए पनि मान्छेहरू एकअर्काको सल्लाह मान्दैनन्, नत्र ठूलो सङ्कटमा पर्ने थिए। दुनियाँमा सबैभन्दा बढी दिइने चीज हो सल्लाह। सबैभन्दा कम लिइने चीज पनि सल्लाह नै हो।

महान् चित्रकार पिकासोको घरमा मान्छेहरू आउँथे। जसलाई चित्रकलाको क,ख,ग पनि थाहा थिएन। उनीहरू पनि भन्थे, यसमा यहाँनिर यस्तो रङ्ग लगाएको भए अफै राम्रो हुन्थ्यो। यो चित्र थोरै यस्तो बनाएको भए हुन्थ्यो ! यसको पृष्ठभूमि अर्को रङ्गको हुन्थ्यो त ! पिकासो थाके यी मूर्खहरूको सल्लाह सुन्दासुन्दा। उनले जे गरे, त्यही तिमी पनि गर। उनले एउटा सुन्दर बाकस बनाए र त्यसमा लेखेः सजेसन बक्स, सुफाब पेटिका, सुफाव हाल्ने ठाउँ। त्यसको माथिपट्टि लेखे, कृपा गरेर तपाईंका जे सुफावहरू छन्, लेखेर यसमा हालिदिनु होला। यतिसम्म त ठीकै थियो, तर त्यो बाकसको पिंध थिएन र ती सुफवहरू सोफै फोहर थुपार्ने टोकरीमा खस्थ्यो। मान्छेहरू खुशी हुँदै आफ्नो सुफावको ठूलो मूल्य छ भन्ने सम्फदै बाकसमा खसाल्थे, र ती सुफावहरू फोहरको टोकरीमा सोफै

खस्थ्ये । उनले ती सुझावलाई कहिल्यै पढेनन् । यही गर तिमी पनि ।

तिमी समाजबाट मुक्त हुन चाहन्छौ- यही संन्यासको अर्थ हो- भने मान्छेहरूका सुझावहरूबाट मुक्त बन्नू । किनभने यी सुझावहरू बाहिर छन्, यिनका सबै सुझाव बाहिरकै हुन् र ती तिमीभित्रका ज्ञानमा बाधक बन्छन् । तिमी उनीहरूलाई वास्तै नगर । तिमी भित्रका परमात्मालाई सुन्न चाहन्छौ भने समाजबाट बच । आफूभित्रको आवाज सुन्नुछ भने बाहिरको आवाजलाई आफूभित्र बिल्कुलै छिर्न नदिनू, द्वार पूरा बन्द गरिदिनू । बाहिरका आवाजहरू यति विकराल छन् र यति चर्का छन् कि भित्रको झिनो र मन्द स्वर बिलाएरै जान्छ; तिमीले सुन्नै सक्दैनौ । त्यो प्रतिपल तिमीभित्र गुञ्जायमान भइरहेकै छ । तर तिमी भने होहल्ला भएको बजारमा उभिएका छौ । त्यहाँ निकै होहल्ला छ ।

पहिलो पत्र वा तह हो शरीर । एउटै मात्र खोल्ने साँचो छ; त्यसलाई भन्नुपर्छ 'मास्टर की'; त्यसबाट सबै ताल्चाहरू खुल्छन्, किनभने ताल्चाहरू एकैखालेका छन् । शरीरसँग सम्बन्धित तिमी होशपूर्ण भइराख । हेर, शरीर हिंडिराखेको छ, म हिडेको होइन । तिमी भोकायौ, शरीरलाई भोक लाग्यो, मलाई होइन । तिर्खा लाग्यो, तिर्खा शरीरमा छ, ममा होइन । होश कायम राखिराख ।

तिमीले बिस्तारै-बिस्तारै अनुभव गर्छौ, यो होशले तिमी र तिम्रा शरीरबीच खाडल उत्पन्न गराउँदै छ । जति-जति यो होश सघन बन्छ, दूरी पनि ठूलो हुनेछ । अनन्त दूरी छ तिमीमा र शरीरमा, अनन्त दूरी छ । जति-जति तिम्रो होश गहिरिनेछ, बीचको सेतु भत्किने छ, सम्बन्ध विच्छेद भएर जानेछ । एकदिन तिमी प्रगाढ रूपले देख्न पाउने छौ, शरीर त केवल खोल रहेछ; तिमी जीवन हौ, शरीर मृत्यु हो; शरीर पदार्थ हो, तिमी चैतन्य हौ । शरीर अणुहरूको खेल हो, अणुहरूको जोड मात्रै हो; आज छ, भोलि छैन; परिवर्तनशील छ । तिमी कुनै चीजको जोड होइनौ; तिमी चैतन्य हौ, अखण्ड; सधैं थियौ, सधैं रहने छौ ।

जसै शरीरको प्याजको पहिलो पत्र झिकिन्छ त्यसपछिका पत्र सबैभन्दा बाहिर आइदिन्छ । मन त्यो दोस्रो पत्र हो । त्यो बिरामी र गहिरो छ; किनभने शरीर निकै टाढा छ, मन एकदमै निकट छ । शरीर अणुहरूको जोड हो भने मन विचारहरूको पोको हो । शरीर

पदार्थ हो भने मन सूक्ष्म पदार्थ हो। विचार पनि सूक्ष्म ध्वनि हो। ध्वनि पदार्थ हो। तर विचार अरू झन् नजिक छ। तिमी विचारहरूबाट ग्रसित छौ- शरीर लुगाजस्तो हो भने विचार छालाजस्तो हो। तिम्रो छाला जति नजिक छ, लुगाभन्दा बढी नजिक, यस्तै विचार नजिक छ। तीबाट छुट्कारा पाउन अरू मुश्किल छ; किनभने तिमीलाई सधैं यो भ्रान्ति रहिरह्यो कि यी विचार तिम्रै आफ्ना हुन्।

तिमी प्रायः जिद्दी गर्छौ यो मेरो विचार हो भनेर ! तिमी आफ्नो विचार गलत हो भनेर थाहा पाउँदा-पाउँदै पनि सही नै बनाइराख्ने कोसिस गर्छौ। तिमीलाई डर छ कि तिम्रा विचारहरू गलत सिद्ध भयो भने तिमी गलत सावित हुन्छौ।

शरीरसँग तिम्रो तादात्म्य थोरै हुन्छ, विचारसँगको तुलनामा। कसैलाई तिम्रो शरीर रूग्ण छ, चिकित्सककहाँ जाऊ भनियो भने उसले त्यो भनाइलाई अनुचित मान्दैन। तर कसैले उसलाई तिम्रो मन बिरामी छ, कुनै मनोचिकित्सक कहाँ जाऊ भन्यो भने ऊ रिसाएर आगो हुन्छ। कसैलाई बिरामी भनेर केही फरक पर्दैन, तर कसैलाई पागल भनिदियौ भने झगडा परिहाल्छ। किनभने शरीरसँग तिम्रो एउटा दूरी हुन्छ, तर मनसँगको तादात्म्य निकै गहिरो छ। कसैले तिमीलाई तिमी पागल हौ भन्यो भने तिमी प्रश्न गर्छौ, म पागल हुँ रे ? के भन्दैछौ तिमी ? कुनै पागलले आफूलाई पागल मान्न राजी हुँदैन। उसले तिमीलाई नै पागल भन्ला ! किनभने मनको विचारले धुवाँलेजस्तै तिमीलाई चारैतिरबाट घेरेको हुन्छ। जबसम्म यी विचारले तिमीलाई घेरिराख्छन्, तिम्रा आँखा अन्धो भइराख्छन्।

दोस्रो कठिन प्रयोग, कठिन तपश्चर्या होः विचारप्रति जागरूक हुनु। कुनै पनि विचार- कुनै पनि विचार- त्यो सुखद् होस् कि दुःखद् होस्; साँचो होस् कि झूटो होस्; त्यो शास्त्र होस् कि नहोस्; परम्परागत होस् कि गैर- परम्परागत होस्; म होइन। विचार पनि उधारा हुन्। सबै विचार उधारा हुन्। समाजले तिमीलाई दिएका हुन्। तिमीले अरूबांटै पाएका हौ। सिकेका हौ उनीहरूबाट तिमीले। तिमी चैतन्य हौ, विचार होइनौ। विचार त तिमीमाथि तरङ्गकै रूपमा बस्छ; जसरी फोहर नदीको पानीमाथि तैरिएको हुन्छ, यस्तै हुन् विचारहरू। तिमी नदी हौ। तिमी चैतन्यको धारा हौ।

अब बिस्तारै-बिस्तारै विचारका तह वा पत्रहरूलाई उधार। कुनै विचारले तिमीलाई छोप्यो भने यो म हैन; यो पनि बाहिरको धूलो हो भनेर स्मरण गर। ऐनामा धूलो जमेको देखेका छौ, त्यस्तै गरी विचार पनि तिमीमाथि जमेको हुन्छ। कुनै विचारलाई आफ्नो पनि नमान र त्यसका लागि सङ्घर्ष पनि नगर। मान्छेहरूले विचारसँग आफ्नो सम्बन्ध हटाउने प्रयास गरेका भए दुनियाँका सबै युद्धहरू बन्दै हुँदैहुँदैनथे। सबै युद्ध, उपद्रो र हिंसा विचारसँग तादात्म्य राखिएकै कारणले भएका हुन्। कोही कम्युनिस्ट छन्, कोही समाजवादी छन्, कोही जनसङ्घी छन्, कोही हिन्दु छन्, कोही मुसलमान छन्, कोही जैन छन्। सबैले विचारसँग तादात्म्य राखेका छन्।

तिमी परमात्मा हौ; तिमी न हिन्दु हौ, न जैन हौ, न बौद्ध हौ, न मुसलमान हौ। तिम्रो शुद्धपन शिवत्व हो। तर तिमी सस्तोमा अल्भिदिन्छौ। तिमीलाई लाग्छ हिन्दु हुनु मूल्यवान् छ, परमात्मा हुनुभन्दा; मुसलमान हुनु बढी मूल्यवान् छ। हिन्दु र मुसलमान हुनुले केवल मन्दिर र मस्जिदबीच संघर्ष हुन्छ। सबै धर्मले लडाउँछन्; किनभने सबै धर्महरू विचार बन्न पुग्छन्। धर्म एउटै छ त्यो हो शिवत्व। तिमी स्वयम् परमात्मा हौ। बस यही नै धर्म हो। यसले कहिल्यै आपसमा लडाउँदैन। किनभने जहाँ विचार हुँदैन, त्यहाँ कसरी लडाइँ सम्भव हुन्छ ? त्यहाँ कसरी पक्षपात हुन्छ ? त्यहाँ कसरी विरोध हुन्छ ?

शरीरले तिमीलाई अरूबाट भिन्न गरेको छ; विचारले तिमीलाई अझ बढी भिन्न गरेको छ। एउटा कुरा याद गर- जुन बढी विरोधाभासी छ, त्यसले नै तिमीलाई अरूबाट छिन्नभिन्न पार्ने काम गरेको छ। शरीरले तिमीलाई आफैंसँग अलग्याएको छ। शरीरले तिमीलाई अरूबाट छुट्याएको छ। विचारले तिमीलाई आफैंबाट अझै बढी छिन्नभिन्न पारेको छ। त्यसले तिमीलाई अरूबाट अझै बढी खराब किसिमले छिन्नभिन्न पारेको छ। जुन दिनदेखि तिमी आफ्नो स्वभावमा प्रतिष्ठित बन्नेछौ- न शरीर, न विचार- दुवै पत्रहरू उधारेर फ्याँकी दियौ, तिमी विनापत्र भइदियौ, अब कुनै खोल बाँकी रहेन, जीवन शुद्ध रहनपुग्यो- त्यसदिन तिमी पाउने छौ, तिमी सबैसँग एक भयौ, किनभने परमात्मा दुईटा छैन। त्यस दिन तिमी भित्रको परमात्मा र तिमी बाहिरको परमात्मा एक भयो। त्यस दिन घटाकाश

र आकाश एक भए । त्यस दिन घैंटोभित्र छोपिएको आकाश र घैंटो बाहिर फैलिएको आकाश एक भए; घैटो फुट्यो । तादात्म्य घैंटो हो ।

जसै-जसै तिमी पत्र उधार्दै जान्छौ ....। पत्रको अर्थ हो तादात्म्य, आइडेन्टिटी । त्यो पत्र तिमी होइनौ, त्योसँग आफूलाई एकै मान्नु तादात्म्यता हो । ती सबैबाट तादात्म्यता छुटाउनु, ध्यान हो । ध्यान यथार्थ हो । बिस्तारै-बिस्तारै त्यही ध्यान मात्र बाँकी रहन्छ जुन तिमी हौ । सबै प्याजका पत्रहरू उध्रिएर जान्छन्, अन्त्यमा शून्य हातमा पर्छ, जसरी प्याज प्याजको गाँठो छोडाइसक्दा केही पनि बाँकी रहँदैन । यही शून्य तिम्रो प्रभुता हो । तिम्रो शिवत्व हो ।

तिमीले देखेका छौ हामीले बनाएका शिवको रूप अर्थात् शिवलिङ्ग शून्याकार छ । हामीले जानीजानी त्यस्तो बनाएका हौं । शिवको कुनै अनुहार छैन । उनको जस्तो सुन्दर मूर्ति पनि अरू कसैको हुन सक्दैन; किनभने त्यसमा कुनै चेहरा छैन । त्यो शून्यको आकृति हो, जसको तिमी भित्र, भित्र, भित्र, अझै भित्र पस्दै जानेछौ, उति-उति तिमीले शून्य पाउँछौ, शून्यको आकृति तिमीभित्र पनि आउन शुरू भयो; तिमी शिवको नजिक हुँदै गैरहेका छौ । जुन दिन तिमी केवल प्रकाशरूपी शून्य मात्रै रहन पुग्नेछौ- एक ज्योति, निराकार, जसको कुनै नाम छैन, रूप छैन- त्यस दिन तिमीले जे बोले पनि जप हुनेछ ।

अहिले तिमी जे बोल्छौ, त्यो धोखा हो । अहिले तिमी जे बोल्छौ, त्यो धोखा हो । अहिले तिमीले धर्मै गरे पनि त्यो अधर्म हो । अहिले तिमी केही गर्नै पनि सक्दैनौ । अहिले तिमी एउटा भूलबाट बच्न हजारौं भूलहरू जम्मा गर्छौ । अहिले तिम्रा लागि सबैभन्दा राम्रो के हुन्छ भने तिमी केही गर्दै नगर, केवल माथि बताइएका तादात्म्य छुटाउँदैजाऊ, बस; जाग, अरू केही नगर । अन्यथा तिमीले एउटा भूलबाट बच्न अनेकौं भूल गर्नेछौ ।

मुल्ला नसरूद्दीन समुद्रको किनारामा थिए । नजिकै बसेको एकजना मान्छे निकै चिन्तित थियो । ऊ त्यसै चुपलागेर बस्नै सकेन र सोध्यो, भाइ ! यो तिम्रो छोरो हो, जसले मेरा लुगाहरूमा बालुवा फ्याँक्दै छ ? नसरूद्दीनले भने, होइन भाइ, यो त मेरो भान्जो हो । मेरो छोरोले त तिम्रो छाता भाँचेर यतिखेर तिम्रै जुत्तामा पानी भर्न गएको छ ।

तिमी यता सपार्छौ, उता अर्कै बिग्रिसकेको हुन्छ । तिमी आफ्ना भूलबाट बच्ने जुन तर्क दिन्छौ, ती नै बढी भूल हुन पुग्छन् । पुरानो जमानका सम्राटहरूले आफ्नो दरबारमा एकजना महामूर्खलाई तलब दिएर राख्थे, ताकि त्यो मूर्खले याद गराइराखोस् कि मान्छेले देखाउने बुद्धिमानी पनि ठूलो बुद्धिमानी हुँदैन ।

कुनै सम्राटले एक महामूर्खलाई राखेका थिए । एक दिन अचानक, सम्राट ऐनासामु उभिरहेका थिए, महामूर्ख त्यहीं आयो र उफ्रिएर सम्राटको पिठ्युँमा लात हान्यो । राजा ऐनामा घोप्टिन पुगे । त्यहाँ राखिएका सामानहरू फुटे । ऐना पनि झर्ल्याम्झुर्लुम फुट्यो । राजा रगताम्य भए । ती सम्राटले भने, अति भो, मूर्ख ! मैले पहिले पनि मूर्ख देखेको हुँ, तर तँजस्तो मूर्ख देखेको थिइन । तैले यो के गरेको ? तैले यो कुरा बुझाउनका लागि योभन्दा बढी मूर्खतापूर्ण कारण बताउँन सकिनस् भने तँलाई फाँसीमा झुण्ड्इदिन्छु । त्यसले भन्यो, हजुर ! मैले त सम्झें हजुरको कुरा । महारानी उभिनु भएको रहेछ । यही कारण हो ! मैले तपाईं उभिनुभएको ठानिनँ, मैले ठानें महारानी उभिनुभएको छ । यो सुनेर सम्राटले त्यसलाई छोडिदिनुपर्‍यो, किनभने मूर्खले बढी खतर्नाक कारण बतायो ।

तिमी जहाँ छौ त्यो अँध्यारो छ, त्यही उभिएका छौ । तिमी एउटा भुल गर्छौ, त्यसलाई ठीक पार्नका लागि जे कारण खोज्छौ, त्यसैबाट अर्को भूल हुन्छ । यस्ता भूलहरूको एउटा वर्तुल (सर्कल) नै बनेको छ । पसलमा सुरक्षित रहन मन्दिर जान्छौ; तर तिमी वास्तवमा मन्दिर पुग्नै भ्याउँदैनौ, तिम्रा लागि मन्दिर पसल बन्न पुग्छ- अझै ठूलो पसल ! यता तिमी सुरक्षित हुन्छौ तर उता फस्न पुग्छौ; किनभने यसको कारण बाहिर छैन, कारण भित्र छ, तिमीभित्रै छ । तिमी अँध्यारोमा छौ; तिमी जहाँ जान्छौ, त्यहीं उपद्रो मच्चिदिन्छ ।

मुल्ला नसरूद्दीन एकपटक पक्राउमा परे । जेलमा थिए, म भेट्न गएँ । पुरानो सम्बन्ध छ । मैले सोचें उनलाई भेट्नु जरूरी छ । त्यहाँ पुगेर मैले सोधें, नसरूद्दीन ! समझदार भएर पनि फस्यौ कसरी ? उनले भने, के भनूँ, चोरीमा परें, आफ्नै भूलको कारणले । मैले सोधें, त्यो के भूल ? उनले भने, जुन सेठको घर म घुस्न चाहन्थें तीन महिना त्यसको कुकुरसँग दोस्ती गर्दै बित्यो । जब भित्र पसें, बिरालोमा खुट्टो पर्‍यो ।

सबैजना जिन्दगीभर यसरी नै कुकुरसँग दोस्ती गर्नमा समय बिताउँछन् र बिरालेमा खुट्टो पर्न पुग्छ । तिमीसँग आँखा छैन । तिमी अँध्यारोमा यहाँबाट त्यहाँ खोज्दै घुमिराखेका छौ । खासमा सवाल खोज्नुको होइन; खासमा सवाल प्रकाशको हो । अँध्यारोमा तिमी कहिल्यै पनि पुग्दैनौ । तिमी प्रकाश होऊ, ढोका अहिल्यै देख्नेछौ र निस्कन सक्नेछौ ।

जसले आचरणलाई बदल्न लागेको छ, ऊ अँध्यारोमा खोज्दै छ । कुनै बेला ऊ बढी खाना खान्थ्यो, अहिले उपवासमा छ । तर ऊ खोज्दैछ उही । खानामा अड्किएको छ । उपवास पनि खानाको एक ढङ्ग हो । ऊ पनि खानामा नै जोडिएको छ । खोजेको हो पाएन, अहिले उल्टो दिशामा खोज्न लागेको छ । आँखा त यहाँ पनि बन्दै थिए, आँखा त्यहाँ पनि बन्द नै रहनेछन् । दिशा गलत भएर तिमी भट्किएका होइनौ; तिमी भट्किरहेका छौ किनभने तिम्रा आँखा बन्द छन् ।

तिम्रा आँखा खुल्नुपर्छ । आँखा भनेको होश हो ! बेहोशी हट्नुपर्छ । होश बढ्नुपर्छ । होश बढ्नुपर्छ । सुती-सुती नहिँड, जाग । जसै तिमी जाग्नेछौ, शिवतुल्य बन्नेछौ ।

'उनीहरू जे बोल्छन्, त्यही जप हो । आत्माज्ञान नै उनको दान हो ।'

उनीहरू धन दिँदैनन्, किनभने धन कसिङ्गर हो, दिनुको कुनै अर्थ पनि छैन । जसले आफ्नै पनि छोड्यो, त्यसलाई दिनुको के प्रयोजन । जसले व्यर्थ ठानेको छ, त्यसैलाई अरूसँग बाँड्नुमा के सार हुन्छ ? उनीहरूले तिम्रो शरीरको सेवा गर्दैनन् । उनीहरूले तिमीलाई एउटै चीज दिन सक्छन् जुन दिन योग्य छ, त्यो हो आत्माज्ञान । त्यही उनको दान हो ।

तिमी त्यसको हिसाब राख्दैनौ । जैनीहरूसँग सोध, उनीहरूले महावीरको हिसाब राखेका हुन्छन् कि कति घोडा, कति हात्ती, कति रथ, कति हीराजुहारत उनले दान गरे । र खुबै बढाइ-चढाइ गरेर सङ्ख्या लेखेका छन्; त्यति त उनीसँग छँदै थिएन । किनभने उनी एउटा सानो राज्यको मालिक थिए, कुनै ठूलो सामाज्य थिएन- कुनै तहसीलदारले हेर्ने जिल्लाको एकाइ क्षेत्रभन्दा ठूलो थिएन । त्यहाँ त्यो सङ्ख्याको हात्ती- घोडा हुनै पनि सक्दैनथ्यो, जैनीहरूले सङ्ख्या लेखेका भैं । सङ्ख्या हेर्दा यस्तो लाग्छ, उनी कुनै चक्रवर्ती सम्राट

थिए । यो बिल्कुलै भूल हो । सिक्किमका छोग्यालकै जस्तो अवस्थामा छ । त्यही हैसियतका मान्छे थिए, त्यसभन्दा बढी होइन ।

सङ्ख्या यति धेरै बढाएर लेख्नुको कारण केहो ? जैनीहरूलाई लाग्छ, सानो दान गरेको छ भने ऊ ठूलो तीर्थङ्कर कसरी होला ! सङ्ख्या बढी गरिदेऊ, गणितलाई फैलाऊ, बढाउँदै जाऊ- लाखौं हात्ती-् घोडा, अरबौंखरबौंको हीराजुहारत ताकि यसकारणले त्याग बुझियोस् । ती अन्धाहरूलाई केही पनि थाहा छैन । त्यो त्यागसँग कुनै सम्बन्ध छैन । महावीरले जुन असल हीरा दिए, त्यो आत्मज्ञान हो । त्यसमा जोडेर केही भनिएकै छैन ।

जहाँ तिम्रो वासना अडेको छ र तिम्रो रस जहाँ छ, त्यही कुरा तिमीलाई देखापर्छ । आत्माज्ञान ! यो शब्द त्यति मूल्यवान् देखा पर्दैन । एउटा हातमा आत्माज्ञान र अर्कोमा कोहिनूर हीरा राखेर सोध आफ्नो मनसँग, कुन चाहिँ लिन्छौ ? तिमी भनौला, आत्माज्ञान । फेरि भन्नेछौ यति हतार किन ? यतिविधि हतार किन, जन्म-जन्म यसरी नै बितेको छ । कोहिनूर फेरि पनि हात लागेन । त्यसैले तिमीले कोहिनूर नै रोज्नेछौ । किनभने तिमीले रस त्यसैमा देखेका छौ । तिमी व्यर्थका कुरा खोजिरहेका छौ । तिमी आधा हौ ।

शिवतुल्य भएकाले बाँड्छन् आत्मज्ञान । जसले जे पाएको छ, त्यही बाँड्ने हो । जसले जे चाखेको छ, उसले त्यही स्वाद बाँड्छ । उसले आफूलाई समेत बाँडिदिने गर्छ । उसले भौतिक वस्तु बाँड्दैन, बरू स्वयम्लाई बाँड्छ । उसले तिमीलाई भागिदार बनाउँछ आफ्नो भित्री सम्पदामा । बाहिरी सम्पदा दुई कौडीको सावित हुन्छ । त्यसको कुनै मूल्य छैन । तिमी गरीबीको अवस्थामा मर कि अमिरको अवस्थामा मर, ठूलो फरक पर्दैन । तिमी खाई-पिई ठीकसँग राम्रा ओछ्यानमा मर कि भोकभोकै सडकमा मर, कुनै फरक पर्दैन । फरक केवल एउटै कुरामा छ, तिमी जाग्रत अवस्थामा बाँच र जाग्रत अवस्थामा मर । उसैमा सबै कुरा टिकेका छन् । उसमा तिम्रो जीवनको गन्तव्य निर्भर हुन्छ । त्यसैले निष्कर्ष तय गर्नेछ । बाँकी कुराको मूल्य छैन ।

'आत्मज्ञान नै त्यसको दान हो, जो अन्तस शक्तिको स्वामी हो र ज्ञानको कारण हो ।'

किनभने आत्मज्ञानले तिमीलाई अन्तस शक्तिहरूको स्वामी बनाइदिन्छ । आत्मज्ञानले तिम्रो जीवनलाई प्रकाश र ज्ञानको

आलोकले भरिदिन्छ । जुन दिन तिमी जानौला, जागौला, त्यस दिन तिमीले पाउने छौ तिमी सधैंका लागि सम्राट भएका छौ । तिमीले आफूलाई भिखारी सम्झेकोमा मरीमरी हाँस्नेछौ । तिमी अचम्मित हुनेछौ दुस्वप्नमा दबिएको थाहा पाएर ।

तिमीले कैयौंपटक दुःखद् सपना देख्यौ अर्थात् नाइटमेयर । त्यस्तै छ सम्पूर्ण जीवन । कहिले-काहीँ यस्तो हुन्छ- राति तिमी सुत्यौ, थाहा नपाइकन छातीमा हात पर्‍यो । सीधा परेर सुतेमा छातीमाथि हात आफैं पर्छ । सपनामा थाहा होला तिम्रो छातीमा कोही आएर चढ्यो । अरू केही छैन, तिम्रो आफ्नै हात छ छातीमा । तर वास्तविकता त ब्युँझेपछि थाहा लाग्छ । अहिले निद्रामा लाग्छ कोही छातीमाथि चढेको छ । लाग्छ ढुङ्गो राखिदियो कसैले तिम्रो छातीमा; वा कसैले पहाडमाथिबाट बजार्दै छ । यस्तो अनुभूतिपछि तिमी पसिनै-पसिना हुन्छौ, भयभीत भइरहेका छौ । त्यही त्रासमा निद्रा खुल्न पुग्छ । त्यतिखेर तिमी आश्चर्यचकित हुनेछौ आफ्नै हात पो छातीमाथि रहेछ ! त्यहाँ न ढुङ्गो छ, न अरू केही छ । सपनामा कतिविधि बढेर जान्छ ! सपना अतिशयोक्ति रहेछ ! आफ्नै हात पहाड र ढुङ्गो बन्न पुगेछ ! आफ्नै एउटा हात खाटबाट झुन्डियो भने लाग्छ खाडलमा जाकिएको छ ।

तिमी आफैं प्रयोग गरेर हेर । अरू व्यक्तिमा सपना देखाउन पनि सकिन्छ । कुनै निदाएको मानिसको गोडा नजिकै केही तातो वस्तु लगेर राख । छिट्टैनै उसले आफू मरूभूमिमा हिँड्दै गरेको; मरिएलाजस्तो कष्टमा परेका, पसिनै-पसिना भइरहेको सपना देख्छ । यस्तो अवस्थामा थोरै बरफ उसको गोडामा छुवाइदेऊ । अब उसले आफू सगरमाथामा पुगेको देख्छ सपनामा; सपनामा अनुभव हुनेछ गोडाहरू गल्दैछन्, चिसोले भुतुक्कै पारेको छ । नरम तकिया मात्रै राखिदेऊ त्यसको छातीमा, सपनामा सैतान बस्न पुग्छ उसको छातीमा । उसैको हात उसकै घाँटीमा लगेर राखिदेऊ, सपनामा उसलाई फाँसी लागेको अनुभव हुन्छ । वास्तवमा के भएको रहेछ भन्ने कुरा त ब्युँझिएपछि मात्र थाहा हुन्छ । सपना भनेको अतिशयोक्ति हो ! ऊ ब्युँझन्छ र हाँस्छ आफू व्यर्थै आत्तिएकोमा । ऊ भन्छ, व्यर्थै आत्तिन पुगें । केही भएकै थिएन । सानो इसाराको भरमा मन बेपत्तासँग कुद्न सक्ने रहेछ ।

कल्पना गरे जति दुःख तिमीले जिन्दगीमा कहिल्यै पाउन्नौ। जसलाई तिमीले सोचमा राखेर खेलाएका थियौ, ती रोगहरू कहिल्यै लाग्दैनन्। ती दुःखहरू पनि तिमीमा कहिल्यै आउँदैनन्, जसबाट तिमी भयभीत भइराख्छौ। तिम्रो जीवनको नब्बे प्रतिशत दुःख तिम्रै मनका कल्पना हुन्, दस प्रतिशत साँचो हुन पनि सक्छन्। तर नब्बे प्रतिशत बिल्कुलै कल्पना हुन्। नब्बे प्रतिशतका कारण तिमीले यी दस प्रतिशतलाई समाधान गर्न सकिरहेका हुँदैनौ। त्यो नब्बे प्रतिशत समाप्त भयो, झुट हटेर गयो भने जीवनको वास्तविक दुःखको समाधान सजिलै हुन्छ। छुट्कारा पाइन्छ। यिनीहरूबाट बाहिरिने उपाय पनि छन्। तिमी तीभन्दा माथि छौ। तिमी ती वस्तुलाई सिँढी बनाएर, त्यसैमा कुल्चिदै हिँड्न सक्छौ। तिमी यतिविधि दुःख बढाउँछौ, ती यति ठूला बन्छन् कि तिनीहरूको अगाडि तिमी बिल्कुलै बाउन्ने बन्छौ। अनि तिमी थर्कमान् भएर काँम्न थाल्छौ, त्यसबखत तिमी केही गर्न सक्दैनौ।

जब भित्रको ज्ञानको किरण झुल्कन्छ, दियो बल्छ, तिमी आफ्ना शक्तिहरूका स्वामी बन्छौ। त्यही तिम्रो ज्ञानको कारण हो। ज्ञान अन्तिम घटना हो। ज्ञानको अर्थ होः भित्रको आँखा, देख्ने क्षमता वा वारपार देख्ने क्षमता। त्यसपछि जीवनमा कुनै दुःख छैन। तब जीवनमा आनन्द रहन्छ। तिम्रो अन्धोपनको कारणले दुःख हुन्छ। तिम्रा निद्राकै कारण तिम्रा सपनाहरू दुःखद भएका हुन्। होशले दुःख चिन्दैन। होशले आनन्दलाई मात्र चिनेको हुन्छ।

'स्वशक्तिको प्रचुरता अर्थात् सतत विलास नै यसको विश्व हो।'

जुन व्यक्तिलाई ज्ञान उपलब्ध हुन्छ ऊ सतत अन्तर विलासमा हुन्छ, ऊ सतत महासुखमा हुन्छ। स्वशक्तिको प्रचुरता ! त्यसको भित्रको स्वयम्को शक्तिलाई थाहा छैन कति सुखलाई जन्म दिइसकेको छ। प्रतिपल त्यहाँ सुख घटित भइराख्छ। झरना बगिरहन्छ सतत, यस्तै यहाँ सुखको धारा बगिरहन्छ।

तिमीभित्र प्रतिपल सुखको अनन्त स्रोत बगिरहेको छ, तर तिमीले त्यसतर्फ आफ्नो पिठ्युँ फर्काएका छौ। ध्यान राख, धर्म त्याग हैन, धर्म परम विलास हो। परमात्मा कहीँ बसेर रोइरहेका छैनन्, नाचिरहेका छन्। तिमी रोइरहेका परमात्मालाई नखोज, त्यसलाई तिमीले कहीँ कतै पाउने छैनौ। जे पाइएला, त्यो तिमीबीचकै कोही होला, जसले परमात्माको अभिनय गरिहेका छन्।

परमात्मा नाचिरहेका छन् । यो जीवन आनन्दको महोत्सव हो । जीवनले दुःखलाई चिनेजानेकै छैन । दुःख तिम्रो कल्पना हो । दुःख तिमी आफैंले पैदा गरेका हौ । दुःख तिम्रो सोचाइ हो । दुःख तिम्रै उत्पत्ति हो । अन्धो मान्छेले अरू केही गर्न सक्दैन; जहाँ जान्छ, त्यहीँ ठोकिन्छ । ऊ सोच्छ यो दुनियाँ मसँग ठोक्किन तयार भएर उभिएको छ ।

तिमीसँग ठोक्किन किन कोही उत्सुक होला ? भित्तोलाई के मतलब तिमीसँग ठोक्किन ? कुनै ढोकालाई के मतलब ? अन्धो मान्छे जहाँ पुग्छ, त्यहीँ ठोकिन्छ, ढोकामा ठोकिन्छ । अन्धो मान्छेले सोच्छ दुनियाँ मसँग ठोक्किनलाई ठिक्क भएर बसेको छ । आँखा भएकासँग कोही ठोक्किँदैन । कोही पनि तिमीसँग ठोक्किन भनेर बसिरहेका हुँदैनन् । तिमी आफू अन्धा छौ, तिमी ठोक्किन पुग्छौ अरूसँग तर दोष अरूलाई दिन्छौ; दोषी तिमी स्वयम् हौ । उत्तरदायित्व तिमी अरू तिरै पन्छाउँछौ; तिमीबाहेक अरू कसैको दोष छैन ।

यो वचन सम्झनलायक छ- *'स्वशक्तिको प्रचुरता अर्थात् सतत विलास नै त्यसको विश्व हो ।'*

जब यस्तो ज्ञानको स्थिति आउँछ, प्रतिपल आनन्द फलित भइरहन्छ । त्यहाँ केवल फूल फुल्छ, काँढा हैन । त्यहाँ अमृत वर्षिन्छ, त्यहाँ मृत्यु हुँदैन । त्यहाँ दुःखको एउटै किरणले पनि प्रवेश पाउँदैन ।

तिमीभित्र महासुखको राज्य छ । त्यसको खोजीमा तिमी पनि छौ । तिम्रो खोज बाहिरपट्टि छ । खोज ठीक छ तर दिशा गलत छ । आत्मज्ञानीले तिमीलाई दिशा दिन्छन्, त्यही नै दान हो । उनीहरूले तिमीलाई त्यही दिशातर्फ लैजान्छन् । उनीहरूले जहाँ पाए, तिमीलाई त्यहीँ लैजान्छन् । आत्मज्ञानीले तिमीलाई सम्झाउँदैनन्, किनभने उनीहरूसँग सम्झाउने कुनै उपाय हुँदैन; तिम्रा हात समातेर त्यसतर्फ लैजान्छन् ।

तर तिमी यति धेरै डराएका छौ कि तिमी कसैको हात समात्न समेत सक्दैनौं । तिमी समर्पित हुन सक्दैनौ, श्रद्धा गर्न सक्दैनौ, कसैप्रति भरोसा गर्न सक्दैनौ । तिम्रो भयले तिमीलाई यतिविधि असुरक्षित नतुल्याएको छ जसले तिमीलाई दुःखबाट बाहिर निकालोस्, तिमी सोच्छौ शायद यसले पनि कुनै झन्झटमा लैजाला ।

तिमी यतिविधि झन्झटमा परेका छौ कि अब तिमीलाई झन्झटै मात्र देखा पर्न थालेको छ ।

तिमी उनको हात समाउनसमेत राजी छैनौ भने आत्मज्ञानीले तिमीलाई दान पनि कसरी दिऊन् ? तिमीले हात त फैलाउनैपर्छ । तिमीले दान स्वीकार गर्नु नै पर्छ । तिमी आफ्नो मुठी बाँधेर उभिएका छौ र दान स्वीकार्न राजी छैनौ भने आत्मज्ञानी पनि तिम्रो ढोकाबाट तिमीलाई केही नदिई फर्कने छन् ।

'स्वशक्तिको प्रचुरता अर्थात् सतत विलास नै यसको विश्व हो ।'

त्यहाँ सतत विलास चलिरहेको छ र तिमी सतत दुःखमा छौ ।

'र ऊ स्वेच्छाले नै स्थिति र लय गराउँछ ।'

यो निकै कठिन छ । बुझ्न कठिन छ; किनिकि अनुभवबाट नै बुझाइ हुनसक्छ, अनुभव छैन भने बुझाई हुन सक्दैन । तर पनि फेरि सानो प्रयत्न गरेमा कुनैबेला सहयोग पुग्ने हुन्छ ।

कुनै व्यक्ति स्वयम्लाई बुझ्न समर्थ हुनसक्छ भने एउटा अनौठो शक्ति, यस जगत्मा सबैभन्दा महान् शक्ति-उसलाई उपलब्ध हुन्छ । त्यो चमत्कार के हो भने उसले जब चाहन्छ तब प्राप्त हुन्छ र चाहेर पनि नपाएको हुँदैन; चाह्यो कि अस्तित्वमा आयो । जब चाह भयो तब शून्यमा बिलायो । जसरी तिमी जागा हुन्छौ र सुत्छौ ।

तर त्यो पनि स्वेच्छाबाट होइन । बिहान निद्रा खुल्दा तिमी के गरौला ? तिमी फेरि सुत्न सक्दैनौ । राति निद्रा लाग्दा तिमी जागा रहन सक्दैनौ ।

जसरी तिमी सुत्छौ र जागा हुन्छौ, यस्तै नै आत्मज्ञानीहरू स्वेच्छाले शून्यमा जान्छन् र पूर्णमा आउँछन् । त्यो उनीहरूको स्वेच्छा हो । उनीहरू यसमा परतन्त्र हुँदैनन् । उनीहरूले तय गर्ने बित्तिकै शून्यमा बिलाउँछन् । उनीहरूले पूर्णतामा रहिरहने इच्छा गरे भने पूर्णतामै रहन सक्छन् ।

बुद्धको जीवनीमा उल्लेख छ, उनी गए स्वर्ग । द्वारपालले ढोका खोले, तर उनी पिठ्युँ फर्काएर उभिइरहे । बुद्धले भने, जबसम्म अन्तिम व्यक्ति मुक्त हुँदैन, म ढोकामा नै उभिन्छु । जुन दिन अन्तिम व्यक्ति प्रवेश गरेर स्वर्गको महासुखमा प्रवेश गर्ला, त्यही दिन उसको पछिपछि म स्वर्गमा प्रवेश गर्नेछु ।

यो कहानी बडो प्रीतिकर छ। यसको मतलब के हो भने यो जगत्मा दुई किसिमका आत्मज्ञानीहरू छन्। सबै धर्मले ती दुई किसिमका आत्मज्ञानीहरूलाई बुझेका छन्। पहिलो आत्मज्ञानी ऊ हो जसले आत्मज्ञान पाएपछि शून्यमा लीन हुन्छ; र अर्को आत्मज्ञानी ऊ हो जसले आफ्नो आत्मज्ञानपछि पनि अस्तित्वमा रहिरहने काम गर्छ ताकि अरूलाई सहायता गर्न सकियोस्।

जैनहरूले पहिलो आत्मज्ञानीलाई कैवल्य ज्ञानी भनेका छन्। अनन्त कैवल्य ज्ञानीहरू हुन्छन्। उनीहरू शून्यमा बिलाउँछन्, उनीहरूले आफ्नो गन्तव्य पाए। उनीहरू सरासर प्रवेश गर्छन्, संसारमा उभिएर बस्दैनन्। चौबीसलाई जैनहरूले तीर्थङ्कर भनेका छन्। तीर्थङ्कर ती कैवल्य ज्ञानी हुन् जो द्वारमा उभिइरहन्छन्; जसले अरूका लागि मार्ग बताउने काम गर्छन्।

बौद्धहरूले पनि दुई प्रकारका आत्मज्ञानी मानेका छन्। एकलाई उनीहरू बोधिसत्व भन्छन् र अर्कोलाई अर्हत। बोधिसत्व ती आत्मज्ञानी हुन् जो अरूका लागि रोकिन्छन्। अर्हत ती आत्मज्ञानी हुन् जो आफूलाई पाएपछि लीन हुन पुग्छन्।

सबै धर्मले दुई प्रकारका आत्मज्ञानी मानेका छन्, किनभने दुई प्रकारकै हुन्छन्। तिमी यस परम अवस्थामा पुग्यौ भने तिम्रो मनमा, तिम्रो प्राणमा, वासना शेष रहनेछ। म अरूको सहायता गरूँ भन्ने भावनालाई पनि वासना नै भन्नुपर्छ। यो वासना पनि शेष रहने छैन, तिमीमा विलय हुन्छ। त्यसैले सद्गुरुले आफ्ना त्यस्ता शिष्यहरूलाई बोधिसत्व या तीर्थङ्कर बनाउने कोसिस गर्छन् जसमा करूणाको तत्व बढी हुन्छ। दुई तत्वहरू छन् जुन आखिरीसम्म रहन्छन्- करूणा र प्रज्ञा। प्रज्ञाको अर्थ हो ज्ञान; करूणाको अर्थ हो दया। तिमीभित्र दुई किसिमका व्यक्ति छन्- पहिलो, जोभित्र करूणा बढी छ र अर्को चाहिँ त्यो हो जोभित्र प्रज्ञा बढी छ। जोभित्र प्रज्ञा बढी छ, ऊ सोझै शून्यमा लीन हुन्छ। त्यस्ता गुरु बन्न सक्दैनन्। ऊ शिष्य नै रहिरहन्छ; उसले जुन दिन ज्ञान उपलब्ध गर्छ, विलीन हुन्छ। ऊ गुरू कहिल्यै बन्दैन। जसको जीवन-तत्वमा करूणाको भाव बढी छ, ऊ गुरू बन्नसक्छ, तीर्थङ्कर बन्नसक्छ, बोधिसत्व बन्नसक्छ।

यो गुरूमा निर्भर हुन्छ, उसैले आफ्नो शिष्यलाई तयार गर्छ। जोभित्र करूणाको तत्व बढी देखियो र प्रेमको, सेवाको तत्व देखिन्छ, त्यसलाई उसले यस किसिमले तयार गर्छ त्यसमा करूणाको वासना

आखिरीसम्म रहोस् । जब त्यसको ज्ञान फलित हुन्छ एउटा वासना ऊभित्र शेष रहन्छ करूणाको । उसको डुङ्गाको बन्धन फुक्न शुरू गरे पनि एउटा खुट्टोमा बाँधिएको डोरी रहिनैरहन्छ भने त्यो खुट्टो हुनेछ करूणाको । त्यसभित्र करूणाको तत्व छैन, शुष्क प्रज्ञा मत्र छ भने उसको कुनै खुट्टो बाँध्नुपर्ने आवश्यकता रहेन । उसको नाउ जब तयार हुन्छ, ऊ यात्रामा निस्कने छ, महाशून्यमा विलीन हुनेछ ।

शिवत्व उपलब्ध भएको व्यक्तिले आफ्नो स्वैच्छाले स्थिति र लय गर्छ ।

कि त ऊ रोकिन्छ अस्तित्वमा सेवाका लागि, वा विलीन हुन्छ शून्यमा- यो उसको स्वेच्छा हो । ध्यान रहोस्, त्यसैसँग मात्रै स्वैच्छा हुन्छ, तिमीसँग कुनै स्वेच्छा हुँदैन । तिमी स्वयम् हुनु नै छैन भने स्वैच्छा कसरी हुने ? तिमी भनौला म आफ्नो स्वेच्छाले यस्तो गर्दैछु, तर त्यो भनाइ भूटो हो; तिमी कुनै वासनाको दबाबमा त्यस्तो गर्छौ । स्वेच्छा के छ तिमीसँग ? स्वेच्छा तब हुन्छ जस्तै कि कसैले गाली गऱ्यो र तिमीले क्रोध गरेनौ । यो हुनसक्छ । क्रोध बाहिर नदेखाऊ; गाली दिंदादिंदै तिमीभित्र क्रोध उम्लिहाल्छ । स्वेच्छा तब हुन्छ जब कसैले गाली गऱ्यो र तिमी यसरी बसिराख कि कसैले गाली गरेकै छैन । स्वेच्छा तब हुन्छ जब कसैले प्रशंसा गरोस् र तिमी यसरी बसिराख कि मानौं प्रशंसा गरिएकै छैन; यस्तो केही कुनै भएकै छैन, तिमी त्यही हौ जस्तो पहिला थियौ, कुनै रत्तीभर पनि अन्तर नपरोस् । तब तिमी आफ्नो मालिक बन्यौ, तब तिमी स्वामी भयौ । यस्तो स्वामित्वका कुरा अन्तिम निर्णय आखिरी क्षणमा हुन्छ ।

बौद्धहरूको दुई धर्म भए यसै आधारमा । एक धर्म हो हीनयान र अर्को धर्म हो महायान; दुई पन्थ भए । हीनयानको अर्थ हो सानो नाउ । त्यसमा एकजना मात्रै सवार हुन सक्छ, बढी होइन । त्यो अर्हतको नाउ हो । ऊ चढ्छ, बस्छ र आफ्नो यात्रामा निस्कन्छ । महायानको अर्थ हो ठूलो नाउ । त्यो बोधिसत्वको नाउ हो । ऊ चढ्यो भने पनि नाउमा रोकिएर बस्छ, ताकि अरू मान्छे पनि सवारमा आऊन्, बल्ल त्यसको नाउ यात्रामा हिंड्छ ।

भन्न मुस्किल छ, दुईटामा कुन ठीक, कुन गलत । त्यस्तो स्थितिमा पनिं ठीक र गलतको निर्णय भन्न मुश्किल हुन्छ । जसको स्वभाव अनुकूल छ ! जसको हृदयमा नारीपनको कोमलता छ, ऊ बोधिसत्व हुनपुग्छ; र जसको हृदयमा पुरूषत्व छ, ऊ अर्हत

हुनपुग्छ । अरू दुई किसिमका हृदय छन् । यसैले आखिरी क्षणमा पनि दुई किसिमकै हृदय निर्णायक हुन्छन् । कि त तिमीसँग पुरूषको हृदय छ- शुष्क प्रज्ञा; या स्त्री हृदय छ- आर्द्र करूणा । कि त तिमी प्रेमपूर्ण छौ, कि तिमी ज्ञानपूर्ण छौ । तिमी ज्ञानी हौ कि भक्त हौ । यी दुई विपरीत मिलेर नै संसार बनेको छ । संसारका सबै चीजहरू विपरीतबाटै बनेका हुन्- अँध्यारो र प्रकाश, स्त्री र पुरुष, जन्म र मृत्यु; यस्तै नै करूणा र प्रज्ञा । आखिरी क्षणमा पनि यी दुई तत्व किनारामा रहनेछन् । यीमध्ये जुनचाहिँ प्रबल हुन्छ, त्यही निर्णायक हुनेछ ।

तब स्वैच्छाको उपयोग हुन सक्छ । तब स्वेच्छा हुन सक्छ तिम्रो, किनभने मुक्त पुरूष अब कुनै बन्धनमा हुँदैन । यो त्यसको आफ्नै मन खुशी हो । पहिलोपटक आफू खुशी पैदा भयो । पहिलोपटक सङ्कल्पको जन्म भएको छ । आत्मज्ञानीले सङ्कल्प गर्छन्; तिमी वासनाहरूमा तिनैसँग बग्छौ । त्यसले तय गर्नेछ । अर्को एउटा मात्रै निर्णयकको अवस्था छ, यसभन्दा पहिले कुनै निर्णयको अवस्था छैन । तब तिमी बग्छौ, निर्णायक हुन सक्दैनौ ।

गुरजिएफसँग कसैले सोध्यो म के गरूँ, मलाई भन्नोस् ? गुरजिएफले भने, तिमीले केही गर्न सक्थ्यौ ! त म तिमीलाई भन्थें । अहिले तिमी केही गर्न सक्दैनौ । अहिले त तिमी अन्धो बनाइएका छौ । अहिले तिमी परालको त्यान्द्रो नदीको लहरमा डग्मगाए झैं जहाँ लहरले हुत्याओस्, त्यतै पुग्छ । अहिले तिमी कहाँ छौ ?

बुद्धसँग कसैले सोध्यो, म जनसेवा गर्न चाहन्छु । बुद्धले खुब नियालेर हेरे र दया देखाउँदै भने, अहिले तिमी धनी बनेकै छैनौ, सेवा कसरी गरौला ?

निर्णय आउँछ आखिरी क्षण । आत्मज्ञानपछि निर्णायक शक्ति तिमीसँग हुन्छ, किनभने तिमी तब शिवतुल्य भयौ; तब तिमी सृष्टि रहेनौ, स्रष्टा भयौ । तब तिमी यस जगत्को हिस्सा होइनौ, तिमी स्वयम् परमात्मा हौ । अब सम्पूर्ण खेल तिम्रै हातमा छ । अब तिमी नियन्ता हौ । आखिरी निर्णय हातमा आउँछ र त्यो यो हो कि त्यो हो तिमी रोकिन चाहौला, आफ्नो नाउमा र अरूलाई पनि सवार गराउने छौ, तब तिमी तीर्थङ्कर बन्नेछौ । वा तिमी चिन्ता गर्नेछैनौ । त्यो कुराले मात्रै तिमी बाँधिने छैनौ । र तिमी सोचौला, हरेक मान्छेले

आफ्नो बाटो आफैं खोज्छ; आफ्नै बाटोबाट पुग्छ; को कसको नाउमा सवार भइराख्छ ! तिमी आफ्नो नाउलाई अघि बढाइदिने छौ ।

र त्यसले स्वेच्छाबाटै स्थिति र लय गराउँछ ।'

यसलाई ध्यानमा राख्न उचित हुन्छ, किनभने यसलाई सुन्दैमा पनि तिमीभित्र याद जाग्न थाल्ने छ, तिमीलाई निर्णयको मौका मिल्यो भने तिमी के गरौला ? तत्क्षण जाग्न थाल्नेछ । त्यो जाग्नु उपयोगी छ; किनभने आखिरी क्षण त्यही बीज ठूलो हुनेछ, वृक्ष बनेर हुर्किनेछ ।

दशौं प्रवचन

साक्षित्व नै शिवत्त्व हो

सुखासुखयोर्बहिर्मननम् । *तद्विमुक्तस्तु केवली ।* *तदारूढप्रमितेस्तत्क्षयाज्जीवसंक्षय ।* *भूतकंचुकी तदाविमुक्तो ।* *भूयः पतिसमःपरः ।* *ॐ, श्री शिवार्पणं अस्तु ।*	*सुख-दुःख बाहिरी प्रवृत्तिहरू हुन्, यस्तो सतत बुझिएको छ ।* *र यीबाट स्वतन्त्र, ऊ केवली हुन पुग्छ ।* *त्यो कैवल्य अवस्थामा आरूढ भएका योगीका अभिलाषा-क्षयकै कारण जन्म-मरण पूर्ण क्षय भएर जान्छ ।* *यस्ता भूतकंचुकी, विमुक्त पुरूष परम शिवरूप नै हुन् ।* *ॐ भगवान् श्री शिवलाई यो अर्पित होस् ।*

सूत्रमा प्रवेश गर्नुभन्दा पहिले मैले मन्त्रका सम्बन्धमा केही भन्छु भनेको थिएँ । आज शिविरको अन्तिम दिन हो; मन्त्रका सम्बन्धमा केही बुझिहालौं । यसको प्रयोगले जीवनमा क्रान्ति ल्याउन सक्छ ।

पहिलो कुरा, हिजो मैले भनेंको थिए, प्याजको जस्तो पत्र-पत्र तिम्रो व्यक्तित्वमा पनि छ । एक-एक पत्रलाई उधार्नुछ, भित्रभित्र लुकेको केन्द्रलाई तिमी खोज्न सक । हीरा लुकेको हो, हराएका छैनौ । हराउनै पनि सक्दैनौ; किनभने त्यो हीरा भनेकै तिमी आफैं हौ । तिमी दबिन सक्छौ; हीरा पनि माटोमा पुरिएको हुन्छ । हीरामा पनि पत्र जम्छ । हीरा पनि ढुङ्गा जस्तो देखिन्छ । तर भित्रचाहिँ कतै केही बिग्रिएको हुँदैन ।

तिमीलाई हेक्का नहुन पनि सक्छ, हीराको यति धेरै मूल्य किन ?

हीराको मूल्यको पछाडि मनुष्यको शाश्वत खोज छ। यस जगत्मा हीरा सबैभन्दा स्थिर छ। सबै चीजहरू बदलिएर जान्छन्; हीरा बदलिंदैन। करोडौं-करोड वर्षमा पनि त्यो खिएर जाँदैन। बदलिँदो संसारमा, हीरा नबदलिने अस्तित्वको प्रतीक हो। त्यसैले हीराको यतिविधि मूल्य भएको हो। अन्यथा त्यो ढुङ्गोभन्दा बढी होइन। मूल्य हो त्यसको शाश्वतताको, त्यसको स्थिरताको।

हीरा हुनु तिम्रो शाश्वत स्वभाव हो। साधना भनेको तिमीमा जम्न पुगेको पत्रलाई खुर्कनु हो। पत्रहरू माटोका छन्; त्यसैले खुर्केर माटो अलग गर्ने काम त्यति कठिन हुँदैन। पत्रहरू हीरामा जमेको हो र त्यो पनि माटोको हो, परिवर्तनशीलताको हो, त्यसैले ज्यादै कठिन काम हुनेछैन। मन्त्र यी पत्रहरूलाई कोतर्ने कार्य विधि हो।

एउटा सानो घटना तिमीलाई सुनाउँछु।

मुल्ला नसरूद्दीनका एकजना मित्रलाई धेरै वर्षपछि भेट भयो। उनले घरको समाचार सोधे र फेरि सोधे, तिम्री छोरीको के भयो ? नसरूद्दीनले भने, तिमी पत्याऊ या नपत्याऊ, छोरीको बिहे भयो। साधारण व्यक्तिसँग हैन, ठूलो डाक्टरसँग !

मित्रले पत्याएनन्। उनले भने, क्षमा गर, विश्वास गर्न कठिन छ। अप्ठेरो नमान, तिमीलाई पनि थाहै छ तिम्री छोरी सुन्दर पनि त थिइन; कुरूप थिइ। मेल्ट्रीको टेन्टजस्तो त्यसको जीउ थियो। मलाई विश्वास लाग्दैन त्यसको बिहे भयो, र त्यो पनि फेरि डाक्टरसँग, त्यो पनि ठूलो डाक्टरसँग ! रहस्यको घटना भयो यो ! कसरी फसाउन सक्यौ त्यो डाक्टरलाई ?

नसरूद्दीनले भने अँ- अँ ! होइन होला। नहोस्। ठूलो डाक्टर त के डाक्टरै नहोस्। तर एउटा कुरा म तिमीसँग भन्छु, त्यो के भने यसले मेरो टाउको दुखाइ निको पारिदियो। मेरा लागि ऊ डाक्टरै हो।

जसले टाउको दुखाइ हटाइदिन्छ ऊ डाक्टर; र जसले टाउकै हटाइदिन्छ, त्यो मन्त्र। न रह्यो बाँस, न बज्यो बाँसुरी ! टाउको रहुन्जेल दुखाइ पनि रहिरहन्छ। यस्तो पनि विधि हुन्छ, जसबाट टाउकै हट्छ। तिम्रो सारा कष्ट नै टाउको हो, तिम्रा विचार हुन्,

विचारका उफ्राइ हुन्, चिन्तन हो । विचार हराएर गयो भने टाउको पनि गयो ! त्यसपछि पनि तिमी रहन्छौ, तर मन रहने छैन ।

मनलाई जसले धक्का दिन्छ, त्यो मन्त्र हो । जसबाट मनको मृत्यु घटित होस्, त्यो मन्त्र हो । मन जब रहँदैन तिमी र शरीरबीच जुन सेतु छ त्यो विच्छेद हुन्छ । मनले नै जोडेको हुन्छ तिमीलाई शरीरसँग । बीचको सेतु, बीचको सम्बन्ध विच्छेद होस् त शरीर अलग र तिमी अलग हुनेछौ । जसले चाल पायो आफूलाई शरीरबाट अलग र मनबाट शून्य, ऊ शिवत्व पाउने अधिकारी हुन्छ । ऊ परम् सन्त हो ।

त्यसैले मन्त्रलाई बुझ । मन्त्रको परिभाषा- जसबाट टाउको हराओस्, मन नबचोस् । यो शरीरको, मनको, पत्रहरूलाई छुट्याउने विधि । एक-एक कदम बढाउन जरूरी छ । धैर्य राख्न सक्नुपर्छ; किनभने मन्त्र असाध्यै धैर्यको प्रयोग हो । जसको मनमा अधैर्य बढी छ, उनीहरूलाई मन्त्रबाट लाभ हुन कठिन छ । बरू नोक्सान हुन सक्छ । यो कुरा हेक्कामा राख । किनभने त्यसै पनि तिमी झन्झटमा छौ, मन्त्रले अरू नयाँ झन्झट थपिदिने डर छ, अधैर्य भयौ भने ।

म एउटा स्टेसनबाट अगाडि बढ्दै थिएँ । खेलौना बेच्ने ठेलामा मैले एउटा खेलौना देखें । खेलौना बेच्ने मानिस कराई कराई भन्दै थियो कुनै पनि बच्चाले यी खेलौना भाँचकुच गर्न सक्दैन, यो अनब्रेकेबल छ । मैले सोचें, किनिहालुँ, नसरूद्दीनको बच्चालाई काम लाग्छ, किनभने उनकी पत्नी गुनासो गरिराख्छिन् कि खेलौना घर आइपुग्न पाएकै हुँदैन छोरोले बिगारिहाल्छ । मैले खरीद गरें, त्यसको दाम बढी नै थियो र बलियो पनि थियो । नसरूद्दीनकी पत्नीलाई त्यो खेलौना दिएँ छोराका लागि भनेर । पति-पत्नी दुवै खुशी भए नबिग्रने खेलौना देखेर । खेलौना साँच्चै मजबुत थियो ।

सात दिनपछि म उनको घरमा गएँ । सोधें खेलौनाको विषयमा । पत्नीले भन्न थालिन्, बडो साह्रो गाह्रो पो पऱ्यो ! मैले सोधें, त्यो खेलौना भाँचियो? पत्नीले भनिन्, हैन, बच्चाले त्यो खेलौनालाई भाँच्न त सकेन, तर त्यस खेलौनाले उसका अन्य सबै खेलौनाहरू फुटाइदियो, घरका सबै ऐना चकनाचुर पाऱ्यो र अब त आत्मरक्षाकै लागि हामीले कुनै उपाय गर्नुपर्ने भएको छ । बच्चाले खेलौनालाई अस्त्रकै रूपमा उपयोग गरेको रहेछ ।

तिमी यसै पनि विक्षिप्त छौ। मन्त्रद्वारा यस्तो विक्षिप्तता समाप्त हुन सक्छ र बढ्न पनि सक्छ। यसै पनि तिमी समस्याहरूले भरिभराउ छौ, नयाँ मन्त्रले अरू समस्या थपिदिन पनि सक्छ। त्यसैले पहिलो कुरा त हुनु नपर्ने घटना दिनदिनै घटित हुनपुग्छ। जसलाई तिमी धार्मिक व्यक्ति भन्छौ, ऊ साधारणत संसारिक मान्छेभन्दा बढी चिन्तित हुन्छ। किनभने सांसारिकलाई संसारकै दुःख कष्टले छोप्छ, तिनीहरूलाई संसारको दुःख भइहाल्छ, धर्मसम्बन्धी अरू पनि जोडिन्छन्। त्यो प्लस हुन्छ। त्यसले कुनै कमी गर्दैन, बढेर जान्छ। मनले पुराना सबै धन्धा जारी राख्छ, यो नयाँ अर्को समस्या समात्यो; व्यस्तता अरू बढ्यो।

मन्त्रमा अत्यन्त धैर्य चाहिँन्छ। अन्यथा यो झन्झटमै नपर। ओखतीलाई पनि मात्रामा सेवन गर्नुपर्छ ! औषधिको पूरै सिसी एकै घुट्कोमा पिइदियो भने रोग तुरून्तै ठीक हुन्छ भनेर नसोच्नू, बिरामी मर्नसक्छ, रोग मर्दैन। औषधिलाई सही मात्रामा लिनुपर्छ। मन्त्रको मात्रा होमियोपेथिक, अति सूक्ष्म हुन्छ। निकै धैर्यको जरूरत पर्छ, यो पहिलो जरूरत हो। फल तुरून्त पाउने आकाङ्क्षा नराख; त्यो तुरून्त आउने पनि छैन, किनभने यो परम फल हो। यो कुनै मौसमी फलफूल होइन। रोप्यो र पन्ध्र दिनभित्रै फूल फुल्यो। जन्म-जन्म लाग्न जान्छ फल लाग्न। अर्को बुझ्नैपर्ने कठीन कुरा के हो भने जति धैर्य हुन्छ त्यत्ति नै चाँडै फल आउने हुन्छ, र जति अधैर्य बन्यो त्यत्ति नै बढी ढिलो भइदिन सक्छ फल लाग्न।

कोही मानिस जाँदै थियो बाटबाटै। जुत्ताले दुखाएको थियो; जुत्ता सानो थियो। ऊ जुत्तालाई सराप्दै थियो। ऊ निकै कष्टमा थियो। नसरूद्दीनले सोधे, भाइ, यतिविधि कस्सिएको जुत्ता कहाँ किन्यौ ? त्यो मानिस यसै पनि रिसले आगो भइरहेको थियो, यसै पनि क्रोधमा थियो। उसले भन्यो, जुत्ता कहाँबाट किन्यौ रे ! झाडीबाट टिपेको हो र ! नसरूद्दीनले भने, मेरा भाइ, थोरैबेर पर्खिन्थ्यौ त खुट्टाको नापको जुत्ता पाउँथ्यौ। काँचै टिपेछौ !

मन्त्रलाई कहिल्यै काँचो नटिप, नत्र सङ्कटमा फस्छौ। जुत्ता कसियो भनेर त्यसलाई कसैले फ्याँकिदेला, तर मन्त्रलाई फ्याँक्न निकै मुश्किल हुन्छ। किनभने जुत्ता बाहिर हुन्छ, मन्त्र भित्र हुन्छ। गल्तीले मन्त्रमा फस्न पुगियो भने त्यहाँबाट फुत्कन ज्यादै कठिन हुन्छ। धेरै धार्मिक व्यक्ति पागल हुन्छन्। त्यसको कारण हो उनीहरू

मन्त्रमा भासिन पुगे, अलि हतार गरे टिप्नलाई; फल पाक्न पाएकै थिएन, काँचै टिपेर लगे उनीहरूले । पाकेको फल निकै मीठो हुन्छ; काँचो धेरै तीतो हुन्छ, निकै टर्रो हुन्छ, विषाक्त हुन सक्छ ।

पहिलो पत्र हो शरीर । मन्त्रको पहिलो प्रयोग शरीरबाटै शुरू गर्नु जरूरी छ । तिमी त्यही हौ, त्यहीँबाट उपचार शुरू हुन्छ । तिमीले त्यो पत्रलाई छोडेर मन्त्रको उपचार शुरू गऱ्यौ भने रोग रहिरहन्छ, नाश हुँदैन । भोलि होइन पर्सि, काँचो फल हात लाग्छ । ध्यानमा राख, यात्रा त्यहीँबाट शुरू हुन सक्छ जहाँ तिमी आफू छौ; कहीँ अन्यत्रबाट यात्रा गर्ने सोच सपना हो । तिमी अहिले शरीर हौ । अहिले मन्त्रलाई शरीरबाटै शुरू गर्नुपर्ने हुन्छ ।

विधिलाई बुझ । पहिले दस मिनेट शान्तसँग बस । शान्त बस्नु पहिले, किनभने शान्तसँग बस्न सजिलो छैन-पाँच मिनेट नाच, उफ्रिऊ, दुगुर । मन खोलेर उफ्रिऊ, दुगुर, नाच ताकि शरीरभित्रका नस-नाडी, मिहीन-तन्तुमा जुन रेस्टलेसनेस छ, जुन असजिलोपन छ, त्यो निस्केर जाओस् । त्यसपछि तिमी दश मिनेट शान्तिसँग बस्न सक्नेछौ । शान्तसँग बस्नका लागि यो जरूरी रेचन हो । दश-पाँच मिनेट, जति तिमीलाई ठीक लाग्छ, जति तिम्रो बेचैनी छ, त्यस हिसाबले तिमी नाच, कुद, चल, शरीरलाई सबै किसिमबाट हल्लाऊ, ताकि दश मिनट शरीरले हल्लिनु पर्ने अनुभव नगरोस् । त्यसलाई हल्लिनुपर्ने काममा तृप्ति देऊ । दस मिनेट शरीरलाई हल्लाउने, डुलाउने, नाच्ने, कुद्ने, दौडने गरेपछि फेरि बस । बस् बिल्कुल स्थिर बनेर । दश मिनेट शरीर नहल्लियोस् । आँखालाई आधा खुला राख । प्रयोग खुला ठाउँमा नगर, बन्द ठाउँमा गर । सानो कोठा होस्, बन्द होस्, र बिल्कुल खाली होस् त्यहाँ अरू कुनै पनि चीज नहोस् ।

त्यसैले मन्दिर, मस्जिद वा चर्च एकदमै खाली हुन्छ, जहाँ कुनै चीज पनि हुँदैनन्, कुनै सरसामान हुँदैनन् । वा कुनै एउटा कुनोलाई सफा पार; जहाँ अरू चीजहरू नहुन । त्यहाँ देवी-देवतालाई पनि नराख; ती पनि उपद्रो नै हुन् । त्यहाँ बिल्कुलै खाली गरिदेऊ । बस् खालीपन एकमात्र परमात्मा हो, बाँकी सबै चीजहरू मनका खेल हुन् ।

मन पागल छ, मानिसहरूका पूजाकोठा हेर र उनीहरूको पागलपनको थाहा लाग्छ । कसैले सय-पचास देवी-देवतालाई

झुण्ड्याएका छन् ! जमानादेखिका क्यालेन्डरहरू काटी-काटी टाँगेका छन्। जुन देवी-देउता जहाँ पाइन्छन्, फालिएका, अखबारका, ती सबैलाई उनीहरू टाँसेर राख्छन्। यो उनीहरूको मनको राम्रो प्रमाण हो। यी सबैका सामु छिटो-छिटो टाउको निहुऱ्याएर, जल आदि छर्किएर, सबैलाई तृप्त पार्दै उनीहरू बाहिर जान्छन्।

यीमध्ये कोही पनि तृप्त हुँदैनन्। एउटालाई तृप्त पार्दा सबै तृप्त होलान् तर सबैलाई पार्दा एउटै पनि तृप्त हुँदैनन्। त्यो एक बाहिर छैन, ऊभित्र छ।

कोठालाई बिल्कुल खाली राख्नू। जति शून्य हुन्छ, त्यति नै राम्रो; किनभने यसै शून्यभित्र खोज्नुछ। यो कोठा तिमीभित्रको शून्यको प्रतीक हो, र सानो होस् त मन्त्रमा उपयोगी हुन्छ; र खाली होस्, त्यसको पनि उपयोग छ। आँखालाई आधा खुला राख; किनभने जब आँखा पूरै खुला हुन्छ मानलिऊ तिमी ढोकामा उभिएका छौ आफ्नो पिठ्युँ घरतर्फ, अनुहार संसारतर्फ छ। एकदमैसँग पिठ्युँ मोडिर्दिंदैन। एकैचोटि परिवर्तन सजिलो हुँदैन। तिमी आधा मात्रै आँखा खोल, संसारपट्टि आधा बन्द र आधा आफूतिर खुलोस्। आधा आँखा खुला हुनुको अर्थ के हो भने आधाले संसारले हेरोस्, अर्को आधाले आफूलाई। यहींबाट शुरू गर।

हतार गर्नुपर्ने कारण छैन। आधा आँखा खुला हुँदा तिमीले तन्द्राजस्तो अनुभव गर्नेछौ। आफ्नो नाकको टुप्पोको भाग मात्र देखियोस्। बस्, त्यत्ति मात्रै आँखा खोल्नुपर्छ। एकाग्रता नगरे हुन्छ; शान्त भावमा नाकको टुप्पो देखिएको हुनुपर्छ- नासाग्र देखिएको हुनुपर्छ। तबः ॐ को पाठ उच्च स्वरमा शुरू गर- किनभने शरीमा तिमी छौ। उच्च स्वरमा ॐ को ध्वनि निकाल कोठाको भित्ताहरूमा ठोक्किएर आवाज तिमीतिरै फर्कोस्। यसैले कोठा खाली हुनु जरूरी छ। खाली भएमा प्रतिध्वनि गुञ्जिन्छ। जति प्रतिध्वनि हुन्छ त्यत्ति नै लाभ पुग्छ।

तिमीले ईसाईहरूको केथेड्रल देखेको हुनुपर्छ। त्यो विशाल खोक्रो संरचना मन्त्रकै लागि बनाइएको हो। त्यहाँ कुनै एक शब्द निकल्यो भने त्यो ध्वनि हजार गुणा बढेर तिमीतिरै फर्केर आउँछ। हिन्दुहरूले मन्दिरको निर्माण अर्धवृत्तमा गरेका थिए। त्यो गुम्बजमा ध्वनि ठोक्किएर फेरि तिमीतिरै फर्कियोस्। वृत्ताकार वस्तुबाट कुनै पनि ध्वनि बाहिरिंदैन, भित्रै फर्कन्छ। त्यो मन्त्रकै लागि थियो।

अब तिमी उच्च स्वरमा अर्थात् ॐकार ॐ, ॐ जति उच्च स्वरमा निकाल्न सक्छौ निकाल; किनभने तिमीले शरीरलाई उपयोग गर्नुछ । तिम्रो पूरै शरीर डुबोस् नुहाओस् ॐ मा । यस्तो लाग्न थालोस् तिमीले आफ्नो पूरै जीवन-ऊर्जा ॐ मा लगाइदियौ, कतै केही बाँकी राखेनौ । मानौं यसैमा जीवन-मरण टिकेको छ । यसभन्दा कममा मन्त्र पूरा हुँदैन । यस किसिमले काम बन्दैन । समग्र भावसँग हुनुपर्छ ! यसैमा निर्भर छ । तिमीले पूरै तरहले भित्रैबाट ॐ उच्चारण गऱ्यौ भने मात्रै तिमी बाँच्छौ, अन्यथा मर्नेछौ । दाउमा लगाइदेऊ । जस्तो सिंहनाद हुनलाग्यो, आँखा आधा खुला, आधा बन्द, उच्च स्वरमा ॐ को पाठ । ध्यान राख, कसैले ढुङ्गो फाल्यो शान्त तलाउमा, त्यहाँ लहर उठ्छ, चारैतिर फैलिदै जान्छ, त्यस्तै हुन्छ जब तिमीले ॐ को उच्चारण गर्छौ, तिमीले एउटा ढुङ्गो फ्याँक्यौ त्यो शान्त शून्य कोठामा, चारैतिर किरण फैलियो, ध्वनि गयो, ठोक्कियो, फर्केर आयो तिमीतिरै ।

बिस्तारै होइन, छिटोछिटो ॐको उच्चारण गर एकपछि तत्कालै अर्को अर्थात् ओभर्ल्यापिङ्ग होओस् । एक उच्चारणमाथि दोस्रो मन्त्र उच्चारण खप्टिन पुगोस्: ॐ- ॐ-ॐ । दुइटा ॐको बीचमा खाली ठाउँ नरहोस् । पसिना-पसिना हुनु । सम्पूर्ण तागत लगाउनू । थोरै दिनमै कक्ष ॐले भरिएको पाउँछौ । पूरै कक्षले तिमीलाई सघाएको पाउँनेछौ; ध्वनि फर्केर आफूतिर आइरहेको पाउँछौ । तिमीले कुनै गुम्बज कक्ष (शिवालयजस्तो) फेला पार्न सक्यौ भने निकै सहज हुनेछ । गुम्बज कक्ष फेला पार्न सक्यौ भने अरू सहज हुनेछ । बिल्कुलै केही पनि नहोस्, ताकि ध्वनि पूरै तिमीमा वर्षन थालोस् । तिम्रो शरीरले स्नानको अनुभव गर्नेछ । तिमीलाई यस्तो लाग्ने छ यसप्रकारको शीतलता पानीको स्नानबाट पनि तिमीले कहिल्यै पाएका थिएनौ ।

अचेल वैज्ञानिकहरू यसबारे निकै अनुसन्धान गर्दैछन् । उनीहरू भन्छन्, वृक्षलाई खास ध्वनिको सङ्गीत सुनाइयोस्, त्यसमा निकै चाँडो फूल फुल्न थाल्छ, चाँडै नै फल लाग्न थाल्छ, रूख निकै छिटो बढ्न पनि थाल्छ । रूस र अमेरिकाका दुवै ठाउँका खेतहरूमा सङ्गीतको प्रयोग गरिन थालिएको छ, ताकि खेती चाँडो तयार होस्, उब्जनी दुईगुणा बढोस् । परिणाम अनुकूल देखिएका छन् ।

रविशङ्करको सितारमा एक प्रयोग गरिँदै थियो क्यानडामा। रविशङ्कर सितार बजाउँथे र त्यहीँ नजिकै जमिनमा बीज रोपिएका थिए एकातर्फ; अरूतिर पनि नजिकै र केही टाढा अनेकौं किसिमका बीजका दानाहरू रोपिएका थिए। चमत्कार नै भन्नुपर्छ ती सबैका अङ्कुरका मुन्टाहरू रविशङ्करको सितारपट्टि झुकेका थिए। बिरूवाहरू हुर्किए, जसरी कान कम सुन्ने बहिरोले अर्काको कुरा सुन्नलाई कान नजिकै लैजान्छ, ती सबै बिरूवाहरूले आफ्ना कान सितारतिरै पुर्‍याएका जस्तो लाग्थे। दुई गुणा चाँडो बढ्छन्। जुन बिरूवा तीन महिना जतिमा बढ्थे, ती डेढ महिनामै त्यत्तिनै बढ्न पुगे। बिरूवाहरू परम आनन्दित हुन्थे। बिरूवा केवल शरीर हुन्। अहिले उनीहरू सबै सुतेका छन्, बिल्कुलै गहिरो निद्राको भित्रैपट्टि छन्। शरीर पनि ध्वनिबाट तरङ्गित हुन्छ, आन्दोलित हुन्छ।

जब चारैतिरबाट ॐकार तिमीमा वर्षिन थाल्छ, फर्केर तिमीतिरै आउँछ, तिम्रो ध्वनि वर्तुलाकार बन्न थाल्छ, तिमीले आफ्ना शरीरका रौँ-रौँ प्रसन्न भइरहेका पाउँछौ; रौँ-रौँका प्वालबाट रोग बाहिरिँदै छन्; शान्ति, स्वास्थ्य प्रगाढ हुँदै गैरहेको छ। तिमी अचम्मित हुनेछौ र पाउनेछौ तिम्रा शरीरका अनेकौं कष्टहरू त्यसै आफैं हराएर गएका छन्; किनभने यो निकै गहिरो स्नान हो र निकै गहिराइसम्म यसको शक्ति र पहुँच हुन्छ। शरीर ध्वनिहरूकै जोडजाम हो। ॐकारबाट अद्‌भूत ध्वनि ....।

यो दश मिनेट ॐकारको उच्चारण उच्च किसिमले शरीरको माध्यमबाट सम्पन्न हुन्छ। फेरि आँखा बन्द गर्न शुरू गर। ओठ बन्द गर। जिब्रो तालुमा टाँसियोस्, यस किसिमले मुख बन्द गर बिल्कुलै बन्द होस्, कुनै ठाउँ बाँकी नरहोस्; किनभने अहिले जिब्रोको उपयोग गर्नु छैन, ओठको पनि उपयोग गर्नु छैन।

दोस्रो कदम। दस मिनटसम्म ॐकारको उच्चारण गर भित्र मनमा। अघिसम्म कक्ष थियो चारैतिर, अबचाहिँ शरीर छ चारैतिर। अघिसम्म घरभित्र तिमी थियौ, अब शरीर नै घर हो। अर्को दस मिनेटमा तिमी आफ्नैभित्र मनमै गुञ्जायमान बन। ओठलाई, जिब्रोलाई, कण्ठलाई कुनै किसिमले उपयोग नगर। केवल मनमनमाः ॐ-ॐ....। तर गति उही तीव्र राख। जसरी तिमीले कोठालाई भरिदिएका थियौ ॐकारले, त्यसरी नै अब शरीरलाई भित्रैबाट भरिदेऊ ॐकारले- शरीरभित्र कम्पन हुन लागोस्, ॐ दोहोरिन

थालोस् पैतालादेखि शिरसम्म। उच्च आवाजमा ॐ उच्चारण गर्नुछ, जति उच्च आवाजमा गर्न सक्छौ, गर। दुई ॐका बीच कत्ति पनि खाली ठाउँ नछोड। किनभने मनको एउटा नियम छ त्यो हो- एकैसाथ दुईटा विचार गर्न सकिँदन। एकैसाथ दुईटा विचार असम्भव हुन्छ।

तिमीले ॐलाई यसरी उच्च स्वरमा गुञ्जायौ कि दुईटा ॐका बीचमा अलिकति पनि खालि ठाउँ बचेन, यस्तो अवस्थामा कुनै विचार आउन सक्तैन। सानै पनि स्थान बच्यो भने विचार आइहाल्छ। खालि ठाउँ नछोड; सन्धि-शून्य उच्चारण गर्नू। एउटा ॐ माथि अर्को ॐ खप्टिँदै गएको कुरातिर पनि ध्यान नदिनू। कहिलेकाहीँ मालगाडी आपसमा ठोक्किन पुग्छ, एउटा डिब्बामाथि अर्को डिब्बा चढ्न पुग्छ, त्यस्तै तिमी ॐलाई एकमाथि अर्को खाप्टिन देऊ। बीचमा खाली ठाउँ नछोड।

ध्यानमा राख, शरीरको उपयोग यसमा गर्नु छैन। आँखा त्यसैले अब बन्द गरियो। शरीर स्थिर छ। मनमा नै गुञ्जन गर्नुछ। शरीरसँगै ठक्कर खाएर गुञ्जन मनमा खस्नेछ, जसरी कोठामा ठक्कर खाएर शरीरमा खस्थ्यो। त्यसबाट शरीर शुद्ध बन्यो; यसबाट मन शुद्ध बन्नेछ। र जसै-जसै गुञ्जन गहन हुँदै जानथाल्छ, तिमी पाउनेछौ मन विसर्जित हुन थाल्यो। त्यस्तो गहन शान्ति, जुन तिमीले कहिल्यै अनुभव गरेनौ, त्यसको स्वाद पाउन शुरू हुनेछ।

दश मिनेटसम्म तिमी भित्रभित्रै गुञ्जन गर र दस मिनेटपछि गर्धन झुकाऊ तिम्रो चिउँडोले छाती छोओस्। दुई-चार दिन अप्ठेरो पनि लाग्ला गर्धनमा, त्यसको वास्ता नगर, त्यो त्यसै गैहाल्छ। तेस्रो चरणमा तिमी चिउँडो छुवाउनपट्टि लाग; लाग्छ- तिम्रो गर्धन भाँच्चिन लाग्यो, बडो मुश्किल हुन थाल्छ। अहिले तिमी मनमा पनि गुञ्जन नगर ॐको। अब तिमीले सुन्नलाई कोसिस गर; तिमीभित्र ॐकार चलिरहेको छ, तिमी केवल श्रोता हौ, उच्चारण गर्ने होइनौ। किनभने मनबाट बाहिर तब निस्कन सक्छौ, जब तिमी कर्ता हुँदैनौं। अब तिमी साक्षी बन। अब तिमीले गर्धन झुकाएर कोसिस गर र भित्रभित्र चलिरहेको ॐको ध्वनिलाई सुन्ने प्रयास गर।

गालिबको निकै प्रसिद्ध वचन छः

दिलके आईने में है तस्वीरे-यार

जब जरा गर्दन झुकाई, देख ली ।

घाँटी निहुराउन जरूरी छ । गर्धन निहुरिने बित्तिकै, मनको ऐना अगाडि आइहाल्छ । परम प्रियको तस्वीर त्यहाँ छ, प्रतिविम्ब त्यहाँ छ । तर तिमीले घाँटी निहुराउन सिकेका नै छैनो, तिमीलाई निहुराउन आउँदैन । तिमी त घाँटीलाई कडा बनाएर हिँड्छौ । जहाँ घाँती झुकाउनुपर्ने कुरा आउँछ, त्यहीं तिमी अरू बटारिन थाल्छौ । तिमीले परमात्मालाई गुमाइरहेका छौ, किनभने तिमी घाँटी निहुराउन राजी छैनौ; तिमीमा समर्पणको तयारी नै छैन । घाँटी निहुराउनु भनेको एउटा प्रतीक हो, यो झुक्ने कार्य हो । घाँटी निहुराएपछि मात्र भित्रतिर हेर्न सजिलो हुन्छ । घाँटी झुक्न थालेपछि, विचारचाहिँ अप्ठेरोमा पर्छ ।

अब तिमीले सुन्ने कोसिस गर्नू । अहिलेसम्म तिमीले मन्त्र उच्चारण गरिरहेका थियौ; अब तिमी मन्त्रको साक्षी बन्ने कोसिस गर । तिमी चकित हुनेछौ यो थाहा पाएर कि तिमीभित्र सूक्ष्म उच्चारण भइरहेकोछ । त्यो ॐ जस्तै छ; ठीक ॐ हैन, किनभने भाषामा त्यसलाई अभिव्यक्त गर्न सकिंदैन; ठीक ॐ जस्तै छ । तिमीले शान्त बनेर सुन्यौ भने त्यो पनि सुन्नेछौ । शरीरबाट तिमी छुट्टिइसकेका छौ । पहिलो मन्त्रको प्रयोगले तिमीलाई शरीरबाट काटिदियो । दोस्रो मन्त्रको प्रयोगले तिमीलाई मनबाट पनि काटिदियो । अब तेस्रो मन्त्रको प्रयोग साक्षीभावको हो ।

त्यसैले ॐकारभन्दा अद्‌भुत कुनै मन्त्र छैन । ॐभन्दा अदभूत कुनै मन्त्र छैन । राम, कृष्ण, महावीर, बुद्ध प्यारा छन्, तर मनको बाहिर लैजान सक्दैनन् । किनभने उनीहरूका प्रतिमा, उनीहरूको रूप हो । ॐ अरूप छ । बुद्ध, कृष्ण, जिससमा तिम्रो लगाव छ; भाव छ, प्रेम छ, आशक्ति छ, मोह छ । त्यसले मनदेखि बाहिर लैजान दिंदैन । ॐ बिल्कुलै अर्थहीन छ । ॐ अनौठो छ । यसमा कुनै अर्थ छैन । यसको कुनै रूप छैन । न यसको कुनै प्रतिमा छ । न यसको कुनै आकृति छ । यो वर्णमालाको हिस्सा पनि होइन । यो निकटतम छ त्यो ध्वनि, जुन हामीभित्र सतत चलिराखेको छ, जुन तिम्रो जीवनको स्वभाव हो । झरनाले कलकलको नाद निकाल्छ; त्यसलाई केही गर्नै पर्दैन, त्यो बग्नाले आफैं कलकल नाद निस्किन्छ । हावा वहन्छ वृक्षलाई छोएर एक किसिमको सर्सराहटको आवाज निस्किन्छ; त्यसले केही गर्नै पर्दैन, वृक्षसँग ठोक्किनाले यस्तो आवाज

आइदिन्छ । त्यस्तै नै तिमीमा यस प्रकारको ॐ ध्वनि गुञ्जिरहेको छ । त्यो तिमी हुनुको ध्वनि हो- *दि साउन्ड अफ योर बिइङ ।*

त्यसैले ॐ कुनै धर्मको सम्पत्ति होइन । त्यो न हिन्दुहरूको हो, न जैनहरूको, न बौद्धहरूको, न मुसलमानहरूको, न ईसाईहरूकै । ॐ एक्लो मन्त्र हो जुन गैर-साम्प्रदायिक छ, बाँकीका सबै मन्त्रहरू साम्प्रदायिक छन् । त्यसले तिमी चकित बन्छौ जैनले पनि ॐको उपयोग गर्छन्, बौद्धले पनि ॐको उपयोग गर्छन्, ईसाईले पनि उपयोग गर्छन्, मुसलमानले पनि । तीनमा थोरै फरक छ । उनीहरू ॐको ठाउँमा आमिनको उपयोग गर्छन् । त्यो ॐको नै रूपान्तरण हो; त्यो ॐ को नै भ्रष्ट रूप हो । यो मुलुकबाट उनीहरूसम्म खबर पुग्दा-पुग्दै ॐ आमिन हुन पुग्यो । किनभने यसको सम्बन्ध सोच-विचारमा थिएन । जो-जो निस्सोचमा डुबे, उनीहरूले यसलाई सुनेका थिए ।

तिमी दुई चरणहरूमा मन्त्रको उच्चारण गर्छौ, तेसो चरणमा तिमीले मन्त्रलाई सुन्नेछौ; त्यसलाई गरी श्रावक बन्नेछौ, साक्षी बन्नेछौ । दुई चरणसम्म तिमी कर्ता रहनेछौ; किनभने शरीर र मन कर्तृत्वको हिस्सा हो; र तेस्रो चरण साक्षी-भावको हो । तेस्रो चरणमा तिमी केवल सुन्छौ । शरीरबाट तिमी छुट्टियौ, मनबाट काटियौ; तब तिमी बच्न पुग्यौ । प्याजका पत्रहरू अलग भए, अब केवल शुद्ध अस्तित्व बच्यो । त्यही शिवत्व हो ।

एकपटक तिमीले स्वाद चाख्यौ भने, फेरि तिमी चाँडै-चाँडै जान थालौला । फेरि स्वादले तिमीलाई तान्न थाल्नेछ । फेरि स्वाद एक म्याग्नेट बन्न पुग्छ । जसबाट हामीले स्वाद पाउँछौ, त्यसतर्फ हामी सहजै पुग्छौं । कठिनाइ त त्यहीं हुन्छ, जहाँबाट हामीले स्वाद पाएका छैनौं । तिमी ध्यान गर्न खोज्छौ, ध्यान लाग्दैन, किनभने तिमीले अहिलेसम्म त्यसको स्वादै चाखेका छैनौ । पहिले स्वाद आओस्, त्यसपछि कुनै अड्चन हुनेछैन । फेरि त मन त्यहाँ-त्यहाँ स्वतः पुग्न थाल्छ । थोरै समय पायो कि, आँखा बन्द गऱ्यो कि मनको ऐनामा त्यही तस्बीर-यारको देखिन्छ । बजारमा, पसलमा, कतै मौका पायो कि अलिकति घाँटी झुकायो र हेरिहाल्यो ।

त्यो स्वाद एकपटक चाख्न पाइयोस्, त्यही पहिलो कदम कठिन छ । पहिलो कदम आधा गन्तव्यको बराबर हुन्छ । एकपटक स्वाद आओस्, फेरि त मन भँमरोलेझैं त्यहीं-त्यहीं जान्छ जहाँ रस छ ।

मनको सहज वृत्ति हो त्यहीँ-त्यहीँ जानु जहाँ रस हुन्छ । तिमीलाई रस आएको छैन अहिलेसम्म, त्यसैले तिमी ठोक्ने-पिट्ने गर्छौ निकै नै, तिमी मनलाई धक्का दिँदै ध्यान गराउँछौ, ईश्वरलाई स्मरण गराउँछौ । त्यसले चाहिँ भन्छ, हिँड बजार, किन समयलाई खराब पार्दैछौ ध्यानमा बसेर ? यति समयसम्ममा त धेरथोर कमाइ भइसक्थ्यो ! फेरि योपछि भनौला, हतार नै के छ ? समय पाएपछि, गरौंला यी अध्यासहरू; अहिले त पसलमा बस्ने समय हो, जागिरको समय हो ।

मनले तिमीलाई त्यहीँ लैजान्छ, जहाँ त्यसले रस पाएको छ । त्यसको पनि कुनै कसूर होइन । एकपटक तिमीलाई रस आओस् भित्रको, तिमीलाई मुश्किल हुन्छ बाहिर आउन । अहिले भित्र जान मुश्किल छ, त्यतिखेर बाहिर निस्कन मुश्किल हुन्छ ।

सारिपुत्त बुद्धका शिष्य थिए, उनलाई यस परम् मन्त्रको अवस्था उपलब्ध भयो । उनले भित्रको महामन्त्र सुने । जुनदिन उनले भित्रको महामन्त्र सुने, बुद्धले भनेः अब तिमी जाऊ र मान्छेहरूलाई शिक्षा देऊ । उनले भने, अब मलाई कहीँ जाने मन छैन । बुद्धले भने, त्यसैले पठाउँदै छु । किनभने पहिले तिमीले बाहिरलाई समेटेका थियौ- त्यो पनि बन्धन थियो; अब तिमी कतै भित्रलाई समेटेर नबस- त्यो पनि बन्धनै हो । जसरी बाहिरबाट भित्र आउन तिमीलाई कठिनाइ थियो, अब बाहिर जान कठिनाइ छ ।

परम् सिद्ध त उही हो, जसको कठिनाइ हराएको छ । ऊ हावाको झोक्का भित्रबाहिर आएगएझैँ गर्छ । न भित्र जानमा कुनै बाधा छ, न बाहिर आउन कुनै बाधा छ, । बाहिर-बाहिरै होइन अब, भित्र-भित्रै हैन; दुवै एक भए । तिमी जसरी आफ्नो घरबाट बाहिर सजिलोसँग आउँछौ, जति सजिलोसँग भित्र जान्छौ, यस्तै नै यो जीवन तिम्रो घर हो, तिमीलाई यसको भित्र-बाहिर आउनजानमा कठिनाइ हुनु हुँदैन ।

जो आशक्त छ संसारसँग; जो आशक्त छ आत्मासँग, ती दुवै आशक्त छन् र दुवै बन्धनमा छन्; उनीहरूलाई परम मोक्ष फलित भएन । ज्ञानी त्यही हो जसका लागि अब कुनै बन्धन छैन- न बाहिर, न भित्र; जसको प्रवाह सहज छ ।

मन्त्रको यो प्रक्रिया—तेस्रो चरण जतिबेर तिमी रहनसक्छौ, सम्हालियू । पहिलो चरणमा शान्त बस । शान्त रहनुभन्दा पहिलेको

भूमिकाः दस मिनेट उफ्र-कुद, शरीरका सबैखाले बेचैनीलाई बाहिर फ्याँकिदेऊ। किनभने शरीरमा बेचैनी भरिएर बसेको हुन्छ। म तिमीहरूलाई वैज्ञानिक कुरो भनिरहेको छु- शरीरमा बेचैनी भरिएरै बस्छ।

मानौं तिमीले कसैलाई गालामा चड्‌कन हान्न चाह्यौ, जब तिमी चड्‌कन हान्न चाहन्छौ तिम्रो शरीरको ऊर्जा हातमा थुप्रिन्छ। त्यसैले कमजोर मान्छेले चड्‌कन हान्दा पनि निकै जोडले लाग्छ। तिमीले अन्दाजै गर्न सक्दैनौ त्यो मान्छेले यति जोडसँग चड्‌कन हान्न सक्ला भनेर। त्यो साधारण हात रहेन, जुन पहिले देखेका थियौ; शरीरभरको ऊर्जा उसको हातमा थुप्रियो। त्यत्तिको कडा चड्‌कन तिमीले हान्न सक्दैनौ; हजार कारणहरू हुन सक्छन्। जिन्दगी जटिल छ! जसलाई तिमी चड्‌कन हान्न खोज्दैछौ, त्योसँग केही स्वार्थ छ, त्यो पूरा गर्न जरूरी छ। तिमी चड्‌कनलाई रोक्छौ। ऊर्जाले फिर्ता हुने उपाय पाउँदैन।

यो वैज्ञानिक शोध हो, अत्यन्त आधुनिक। ऊर्जाको शरीरबाट बाहिर जाने मार्ग हुन्छ; बाहिर जान तयार भइसकेको ऊर्जालाई फेरि भित्र फर्काउने मार्ग हुँदैन। जुन ऊर्जा हातमा आयो, त्यो हातैमा रोकियो। तिमीले चड्‌कन हानेनौ वा चड्‌कन हान्यौ, यसमा फरक पर्दैन। तिमीले हावामा चड्‌कन हाने पनि, ऊर्जा बाहिर जान्छ। तर त्यो ऊर्जालाई भित्र फर्काएर लैजाने स्नायु शरीरमा छैन।

यसरी तिमीले धेरै नै ऊर्जा चौबीस घण्टामा शरीरका अलग-अलग ठाउँहरूमा अड्‌काएर राखेका हुन्छौ।

तिमी ध्यानमा बस्यौ। अब तिमीलाई अड्‌किएका ती ऊर्जाहरूले बाधा पुऱ्याउनेछन्। यसैले तिमी भन्छौ, गोडा खिराखेका छन्। कहीं रगरग गर्दैछ। कम्मरको कतै केही भएझैं लाग्दैछ। यो भइरहेको छ। किनभने कुनैबेला पनि तिमी खाली बसेका छैनौ, केही न केहीमा लागिराख्यौ, तिनमा ऊर्जा संलग्न थियो। अब तिमी खाली बसिरहेका छौ, जहाँ-जहाँ ऊर्जा अड्‌कियो, त्यहाँ-त्यहाँ बेचैन, रेस्टलेसनेस पैदा हुनेछ।

एक सानो बच्चोलाई हेर। त्यसलाई भन, शान्तसँग बस! ऊ आँखा चिम्लिएर बस्छ; हेर, कति गाह्रो भइरहेको छ उसलाई त्यसै खाली बस्न। कहिले हात थिच्छ, कहिले गोडा थिच्न थाल्छ, आँखा चिम्लिन्छ, मुख थुन्छ; किनभने सबैतिर ऊर्जाको प्रवाह भइरहेको छ।

उसका गोडाहरू दौडन खोज्छन् । हातहरू फैलिन चाहन्छन् । आँखा हेर्न खोज्छन् । कान सुन्न चाहन्छन् । यो गतिविधि उनीहरूका पुराना बानी हुन् । त्यो ऊर्जाको पुरानो प्रवाहको ढङ्ग हो ।

यसैले म सधैं भन्छु ध्यानमा बस्नुभन्दा पहिले रेचन हुनु जरूरी छ । रेचन तिम्रा लागि सहयोगी हुनेछ । दस मिनेट दगुर, कुद, उफ्र; जमेर बसेका सम्पूर्ण ऊर्जालाई फ्याँक । अनि मात्र ध्यानमा बस । जसरी आँधिपछि शान्ति आउँछ, त्यस्तै रेचनपछि शरीर हलुका हुन्छ, बेचैनी हराउँछ ।

यसो गर्नु भूमिका हो, यो कुनै चरण होइन । त्यो घरबाहिरको सिँढी हो । घरभित्र साँच्चैको यात्रा बल्ल शुरू हुन्छ; दस मिनेट ॐकारको ध्वनि शरीरले; दस मिनेट ॐकारको ध्वनि मनले; दस मिनेट ॐकारको ध्वनि तिमीले गर्नु छैन, त्यो अस्तित्वमा स्वतः भइरहेको छ, तिमीले केवल सुन्नु छ ।

यसैले म भन्छु राम, कृष्ण, बुद्ध त्यति ठीक छैनन्; उनीहरूले दोस्रो चरणसम्म त लैजालान्, तेस्रो चरणसम्म लैजान सक्दैनन् । किनभने तेस्रो चरणमा जुन ध्वनि भइराहन्छ, त्यो ॐ हो । तर कहिलेकाहीँ रामबाटै पनि कोहीकोही तेस्रो चरणमा पुग्न सक्छन् । यसलाई यसरी बुझ, तिमी ट्रेनमा यात्रा गर्छौ, रेलगाडीले आवाज निकाल्छः छक्-छक्, छक्-छक् । त्यो आवजमा लय मिलाएर तिमी कुनै पनि सोच सोच्न सक्छौ । तिमीले सोच्यौ- अल्लाह, अल्लाह, अल्लाह । बिस्तारै-बिस्तारै तिमीलाई लाग्न थाल्ला त्यो आवाज छक् छक् हैन, त्यसले अल्लाह, अल्लाह, अल्लाह भनिरहेको छ । राम-राम-भनिरहेको छ । तार आवाज त छक्-छक्, छक्-छक् मात्र आइरहेको छ ।

ओम् शुद्ध ध्वनि हो । तिमी रामलाई मानेर हिंड्छौ भने तिमीले राम सुन्नेछौ त्यहाँ, त्यो आरोपण हो । आरोपणको अर्थ हो-मन केही जिउँदै छ ।

हामी त्यही जान्न चाहन्छौं, जे हो । हामी त्यही हेर्न चाहन्छौं, जे छ । हामी मनलाई त्यसमाथि थोपर्न चाहन्नौं, रङ्ग दिन चाहन्नौं । त्यसैले महामन्त्र ओम कार हो । बाँकी सबै स-साना मन्त्र हुन्; तिनले दोस्रोसम्म लैजान सक्छन्, तेस्रोमा बाधा पुर्‍याउँछन् । कुनै जरूरत छैन ।

तिमी ओमको प्रयोग गर । त्यसरी नै जस्तो मैले भनें । तीन महिना तिमी चिन्ता नगर के परिणाम आइरहेको छ भनेर । तिमी परिणामको विचार नगर । तिमी केवल गर्दै जाऊ । तिमीले सोच्दै नसोच केही भइरहेको छ कि छैन, अहिलेसम्म भयो कि भएन । तिमीले तीन महिनासम्म सोच्दै नसोच । तिमीले एक निश्चित मिति तय गर । तीन महिनापछि फलानो दिन वा मितिमा फर्की बल्ल फर्केर सोचौला केही भयो कि भएन भनेर; त्यसबेलासम्म फलबारे सोच्नु नै छैन । तिमीले यति साहस गर्‍यौ... र यो साहस यस्तो हो जस्तो साना बच्चाहरू कहिलेकाहीँ आँपको कोयो रोप्छन् र आधा घडीपछि गएर फेरि खोतलेर हेर्छन् अहिलेसम्म अङ्कुर आएको छ कि छैन भनेर । फेरि गाडेर फर्कन्छन् उदास हुँदै । अहिलेसम्म केही पनि भएकै छैन । फेरि घडीभर समय बित्दानबित्दै त्यहीँ पुग्छन्, फेरि उखेलेर हेर्छन् । यसरी कोयामा अङ्कुर कहिल्यै आउने छैन । किनभने अङ्कुर आउनका लागि जरूरी हुन्छ एउटा समय सीमा, शर्त त कोयो अन्धकारमा दबिरहोस्, पृथ्वीमा गडिरहोस् ।

तिम्रो ध्यानले पनि फल ल्याउन सक्दैन; किनभने तिमी बारम्बार कोयोलाई एकएक क्षणमा खोतली-खोतली हेरिरहन्छौ- केही भयो कि भएन भनेर ? त्यो हृदयमा पुग्नै पाएको हुँदैन, त्यसभन्दा पहिले तिमी निकालेर हेर्छौ ।

जिससले भनेका छन्, तिम्रो दायाँ हात के गर्छ, तिम्रो बायाँ हातलाई पत्तै नहोस् ।

मन्त्रलाई यसरी नै गाडिदेऊ भित्रभत्रै । त्यसलाई खोतली-खोतली नहेर; त्यो बीज हो त्यसलाई उम्रन खास वातावरण चाहिन्छ । मन्त्रलाई पनि हामीले बीज भनेका हौं । बीज हो भने त्यसलाई अनावश्यकरूपमा खोतली-खोतली हेर्नु हुँदैन । त्यसलाई समय चाहिन्छ । आफ्नो समयमा फुट्छ, तिम्रो हतारले फुट्दैन । तिम्रो हतारले उल्टो परिणाम देला, त्यो कहिल्यै नफुट्न पनि सक्छ ।

यस महामन्त्रलाई यस समाधि शिविरबाट आफूसँग लैजाऊ र तिनको प्रयोग गर । तीन महिना धैर्य लिएर गर्‍यौ भने मीठो रसले तिमी भरिने छौ; जसलाई कबीरले "गूंगे का गुड" अर्थात् लाटोको सख्खर भनेका छन् । एकपटक त्यो सख्खर स्वादमा पसोस्, फेरि कुनै कठिनाइ हुने छैन । फेरि तिमी जहाँ छौ, ठीकसँग हुन्छौ;

तिमीले जे गरिरहेका हुन्छौ, ठीक हुन्छन् । फेरि संसार स्वप्नवत लाग्न थाल्छ । जीवन अभिनयभन्दा बढी रहँदैन । तिमी साक्षीमात्रै हुन पुग्छौ । तिम्रो साक्षित्व नै शिवत्व हो ।

अब हामी सूत्रलाई हेरौं ।

'सुख-दु:ख बाह्य वृत्तिहरू हुन्, यस्तो सतत बुझिएको छ ।'

जिसलाई शिवत्व उपलब्ध भयो, उसले सतत बुझेको छ, सुख-दु:ख बाह्य वृत्तिहरू हुन् ।

सुख पनि बाहिरै घटित हुन्छ, दु:ख पनि बाहिरै घटित हुन्छ; दुईमध्ये कुनै पनि तिमीभित्र पुग्दैन । तर तिमी दुवैबाट दु:खी हुन्छौ । सुखलाई तिमी समात्छौ र तादात्म्यता गर्छौ र सम्झिन्छौ म सुखी छु । बस् तिमीले दु:खलाई पैदा गऱ्यौ ! अब समय लाग्दैन । यहींबाटै दु:ख शुरू भयो । जहिले तिमीले भन्यौ- म सुखी छु, तिमीले दु:खको बीज रोप्यौ । अब धेरैबेर लाग्दैन, छिट्टै दु:ख आउनेछ । किनभने दु:खको अर्थ हो- वृत्तिहरूसँग एक भइदिनू । फेरि जब दु:ख आउला, तिमी दु:खसँग एक भइदिनेछौ ।

तिम्रो कठिनाइ के हो भने जे सामुन्ने आइदिन्छ, तिमी त्यसैसँग एकाकार भइदिन्छौ; जे देखापर्छ, त्यसमा तिमी हेर्ने पक्षको रूपमा रहिरहन्नौ, भोक्ता बन्छौ । दु:ख आयो रोइहाल्छौ, छाती पिट्छौ; सुख आयो नाच्न, कुद्न थाल्छौ ।

सुख पनि बाहिरबाटै आउँछ, दु:ख पनि बाहिरबाटै आउँछ; । आफूभित्र जानलाई कुनै उपाय पनि छैन । तर तिमी नै आफ्नो हातबाटै सुख-दु:खसँग जोडिएर सुख-दु:ख भोग्छौ । मानौं कुनै व्यक्ति मनको पारि गयो भने त्यसले देख्ने छ यी सबै कार्यहरू मन्दिर बाहिर भइरहेका छन्, भित्र केही भएकै छैन ।

सुख-दु:ख बाहिरी प्रवृत्तिहरू हुन्, यस्तो सतत बुझिएको छ ।

सतत शब्द महत्वपूर्ण छ । यसलाई कहिले-काहीं त तिमी पनि बुझ्छौ । प्राय: जब अरूलाई बुझाउनुछ भने तिमी साँच्चै जानेका हुन्छौ । तिमी जति बुद्धिमान् अरूका लागि छौ, त्यति नै आफ्ना लागि हुन्थ्यौ भने ! जति बुद्धि सल्लाह तिमी लगाउँछौ, त्यति बुद्धि तिमीले आफ्नो जीवन-यात्रामा लगाएका हुन्थ्यौ भने !

के कारणले अरूका लागि तिमी यतिविधि बुझक्कड हुन्छौ ? कुनै मान्छेलाई दुःखमा देख्यौ भने तिमी सोध्छौ, किन दुःखी भइरहेका छौ ! यो भइरहन्छ; संसार हो ! आफूलाई अलिकति टाढै राख । यही दुःख तिमीकहाँ आउँदा निकै अनोठो कुरा हुन्छ, हुन सक्छ त्यही मान्छे, जसलाई तिमीले सल्लाह दिएका थियौ, उसले तिमीलाई सल्लाह दिदै भन्न सक्छ, भाइ, सुख-दुःख त बाहिरी वृत्ति हो । कुरा के हो ? कारण के हो ? कारण के हो भने जब अरूमाथि दुःख आइपर्छ, तिमी साक्षी हुन्छौ, दुःख तिमीमा टाँसिदैन । त्यसैले ज्ञान उत्पन्न हुन्छ । अरूलाई दुःख परिरहेको छ, तिमीमाथि त आएको छैन । तिमी केवल हेर्ने साक्षी हौ । यस्तै नै हेर्ने साक्षी जब तिमी आफ्ना दुःखका लागि पनि हुनेछौ, तब यति ज्ञान तिमी आफूप्रति पनि रहिरहने छ । तिमीले आफ्नो ज्ञान बाँडेका छौ ।

मुल्ला नसरूद्दीन मनोवैज्ञानिककहाँ पुगे र भने, मेरी पत्नीको अवस्था बिग्रँदो छ, तपाईले केही न केही गरिदिनै पऱ्यो । मनोचिकित्सकले पत्नीलाई केही हप्तासम्म उपचार गरेपछि भने, यिनको मस्तिष्क त बिल्कुलै बिग्रिएको छ । नसरूद्दीनले भने, त्यो त मलाई पनि थाहा थियो । तपाईंले भन्नैपर्दैन । दिनदिनै मलाई दिन्थी, बाँडचूँड गर्थी । चीज बाँडेपछि एक दिन सकिन्छ । दिनदिनै थोरै-थोरै गरेर आफ्नो बुद्धि मलाई दिन्थी, अहिले पूरा निखिए छ ।

तिमीले अरूलाई त बुद्धि बाँडिरहेका छौ; तर त्यही बुद्धिको प्रयोग तिमीले आफूलाई गर्न सकेका छैनौ ।

अब फेरि तिम्रो जीवनमा सुख आयो भने तिमीले त्यसलाई यसरी हेर कि त्यो कुनै अरूको जीवनमा आएको हो । तिमी टाढबाट हेर्ने काशिश गर । थोरै अन्तर आवश्यक छ । थोरै अन्तर पनि ठूलै अन्तर भइदिन्छ । बिल्कुलै नजिक नबस आफूको । तिमी आफ्ना छिमेकी हौ । त्यति धेरै नजिक नबस् ।

नसरूद्दीनलाई मैले सोधें, त्यो सडक किनाराका होटलको मालिकले भन्छ ऊ तिम्रो नजिकैको नाता-सम्बन्धी हो रे, धेरै नजिकको आफन्त रे । नसरूद्दीनले भने, गलत भन्यो उसले । नाता छ, तर निकै टाढाको । ठूलो अन्तर छ । मैले सोधें, के नाता पर्छ ? नसरूद्दीनले भने, हामी एउटै बाउका बाह्र छोरा हौं । ऊ पहिलो हो, म बाह्रौं हुँ । दूरी निकै ठूलो छ ।

तिमी आफ्ना छिमेकी हौ, टाढाको नाता छ। नजिकै जोडिएर नबस। थोरै भए पनि दूरी राख। दूरी भएन भने परिप्रेक्ष हराएर जान्छ, पर्सपेक्टिव हराएर जान्छ। कुनै पनि चीजलाई राम्ररी हेर्नु छ भने थोरै दूरी राख्नु आवश्यक हुन्छ। तिमीले फूलमै आँखा टाँस्यौ भने के देख्छौ, केही पनि देख्दैनौ ! ऐनामा टाउको सटाएर हेर्‍यौ भने आफ्नो अनुहार देख्न सक्छौ ?। थोरै दूरी चाहिन्छ।

आफूबाट थोरै दूरी राख्नु नै साधना हो। जति-जति दूरी बढेर जान्छ, तिमीलाई लाग्छ तिमी व्यर्थै चिन्तित भयौ केही पनि देखिएन भनेर। जुन घटना तिमीमा कहिल्यै घटित थिएन, तिमीभन्दा बाहिरैतिर घटित भइरहेका थिए, केवल नजिक हुनुका कारण प्रतिविम्ब तिमीमा परेको थियो, छायाँ तिमीमा परेको थियो, ध्वनि तिमीसम्म आउँथ्यो, त्यही प्रतिध्वनिलाई तिमीले आफ्नै ठान्यौ र चिन्तित भइराख्थ्यो।

घरमा आगो लागेको थियो र घरको मालिक छाती पिटेर रूँदै थियो। एकजनाले भन्यो, तिमी त्यत्तिकै चिन्तित भइरहेका छौ; किनभने मलाई थाहा छ, तिम्रो छोरोले हिजै यो घर बेचिसकेको छ। त्यसले सोध्यो, के भन्यौ ! साँच्चै ?

छोरो गाउँबाट बाहिर गएको थियो, सोध्ने कुरै भएन। उसले रून बन्द गर्‍यो। घरमा अझै आगो लागिरहेकै थियो। घर पहिलेभन्दा बढी जोडतोडले बलिरहेको थियो। आगाका लप्का उठिरहेकै छन्, सबै चीज बलेकै छन्। त्यो मान्छे र बलिरहेको घरबीच दूरी बढेको छ। अब त्यो मान्छे घरमालिक होइन, त्यो घर विक्री भइसकेको छ।

छोरोचाहिँ दगुर्दै आइपुग्यो। छोराले सोध्यो, के भयो ? यो घरमा कसरी आगो लाग्यो ? यो घर किनबेच त भएको हो, तर पैसा हात परेको छैन। अब आगोले खाएकोलाई कसले पैसा देला ?

छोराको कुरा सुनेर बाउ छाती पिट्न थाल्यो। घर जहाँकोतहीँ छ। कुनै फरक परेको छैन। घरलाई पत्तो पनि छैन यहाँ सुख भयो, दुःखभयो। फेरि फरक हुन सक्छ ! त्यो घर खरीद गर्ने मान्छे आएर भनोस्, पीर नगर, म बचनमा अडिने मान्छे हुँ; आगो लाग्यो, त लाग्यो; किनें त, किनें; पैसा दिन्छु। फेरि कुरा बदलियो।

यी गतिविधिहरू सबै बाहिर भइरहेको छ। तिमी नजिकै सटेर बसिदिन्छौ त्यसबाट कठिनाइ उत्पन्न हुन्छ। आफू र वस्तुबीच केही दूरी राख। सुख आयो, थोरै पर रहेर हेर। दु:ख आयो, तब पनि परै रहेर हेर। सुखबाट शुरू गर। ध्यान रहोस्, दु:खबाट शुरू नगर।

प्राय: मान्छेहरू दु:ख पर्दा आफूलाई टाढा राख्न कोसिस गर्छन्। सफल हुँदैनन्। त्यो कठिन मार्ग हो। सुख आउँदा टाढा रहने कोसिस गर्नू। किनभने दु:खबाट त सबै टाढा हुन खोज्छन्, यो बिल्कुलै मनको सामान्य वृत्ति हो। सुखबाट कोही पनि टाढिन खोज्दैन। त्यसैले दु:खसँग टाढिने कोसिस तिमीले नगर्नू; किनभने त्यो त तिमीले सधैं गरिरहेका छौ। त्यसबाट कुनै फल मिलेन। उल्टो हिंड्नु पर्नेभो। जस्तो कि तिमी यात्रामा निस्क्यौ तर तिमी भड्किएर अन्तै पुगिसकेछौ। अब फर्कनुपर्छ। प्रतिक्रमण गर्नुपर्छ।

यसलाई महावीरले प्रतिक्रमण र पतंजलिले प्रत्याहार भनेका छन्। फर्किनु पर्नेछ- रिटर्निङ व्याक टु दि सोर्स, स्रोततिर फर्कनू। थोरै कदम फर्केर आऊ। सुख आउँदा थोरै पर बसेर हेर्नू। हृदयलाई बेस्सरी खुशी हुन नदिनू। ननाच्नू। यत्ति मनमा राख, आएको छ, यो पनि जानेछ। त्यो रोकिने छैन; केही रोकिएर बस्दैनन्। झोक्का हो हावाको, आयो र गयो पनि। तिमीले थाहै पाएनौ गैसके छ। बस् सुखलाई अलि पर उभिएर साक्षी-भावले हेर मात्र।

के होला? डर के छ ? किन सुखलाई हामी हेर्दैनौं साक्षी-भावले ? साक्षी-भावले नहेर्नुको पछाडि कारण छ; किनभने साक्षी-भावले हेऱ्यो कि सुख सुख रहँदैन। त्यो सुख थियो नै, जति तिमी नजिक थियौ। जति तिमीले भुलेका थियौ, त्यति नै सुख थियो। जति याद गऱ्यो, त्यति नै केही पनि रहने छैन। यसैले कुनै पनि मान्छे सुखको साक्षी हुन खोज्दैन। तर त्यहींबाट यात्रा शुरू गर्नु अनिवार्य छ।

सुख आयो, साक्षी-भावले हेर। हेर्दा-हेर्दै तिमीले पाउनेछौ: सुख हरायो, तिमी रह्यौ। तिमी सुखमा सफल भयौ भने फेरि तिमी दु:खमा पनि सफल हुनेछौ। साँचो तिम्रै हातमा छ। फेरि दु:ख आयो, तिमी टाढाबाट उभिएर हेर। अरू टाढा उभिन सक्छौ; किनभने शरीर र तिमी टाढै छौ। यसभन्दा अरू टाढा कुनै दुई

चीजबीच हुनै सक्दैन। चेतना र पदार्थको शरीरभन्दा ठूलो दूरी अरू के हुन सक्छ ! चन्द्रमा-तारा पनि त्यति धेरै टाढा छैनन् एक-अर्कोबाट, जति तिमी आफ्नो शरीरबाट टाढा छौ। एक जड हो, अर्को चेतन हो। एक माटोबाट बनेको छ- मृण्मय हो; अर्को चैतन्यबाट बनेको छ- चिन्मय हो। ठूलो दूरी छ। योभन्दा बढी विपरीत किनारा पाउनै सकिन्न।

सुखबाट शुरू गर, दुःखसम्म लग। स्मरणमा राख्नुपर्ने कुरा के हो भने तिमी बाहिरै छौ।

सुख-दुःख पनि बाह्य वृत्ति हुन्, यस्तो तिमीले बुझ्नुपर्छ; तर बारम्बार हराउँदै-निष्कृय बन्दै जान्छ। यो सतत निरन्तर नहुनसक्छ। सतत त त्यतिबेला हुनेछ, जब तिमी आत्मामा स्थिर हुनेछौ; जब मन्त्र सफल भएर मन काटिएर जानेछ। त्यसबेलासम्म अथवा जतिबेरसम्म हुन सक्छ साध। जतिबेर हुन सक्छ अभ्यास गर। त्यसबाट मार्ग सफा हुनेछ। भलै बीज नरोपिएला, तर जमिन समतल बन्नेछ। बीज रोप्ने बेलामा तिमीले सफा जमिन त पाउनेछौ। यो बारम्बार हराएर जानेछ, यो सतत रहिरहँदैन। थोरै भए पनि तिमीले होश गुमायौ भने फेरि सुखले समात्ने छ, दुःखले समात्ने छ।

सुख-दुःख बाह्य वृत्तिहरू हुन्, शिवत्व पाइसकेका योगीले यस्तो सततलाई जानेका हुन्छन्। सततको अर्थ हो, एकै क्षण पनि व्यवधान पर्दैन। सतत त त्यही चीज हुन सक्छ जे तिम्रो स्वभाव छ। जुन तिम्रो स्वभाव हैन, त्यो सतत हुन सक्दैन। तिमी कतिबेरसम्म क्रोधमा रहिरहन सक्छौ ?

बोधिधर्म चीन पुगे। चीनका सम्राटले भने, मेरो मनमा निकै रिस उठ्छ, म के गरू ? बोधिधर्मले भने, तिमीले कतिबेरसम्म रिस निकाल्नसक्छौ ? उनले भने, कतिबेर ! यो पनि कुनै प्रश्न हो ? घडी, आधा घडी बढीभन्दा बढी। बोधिधर्मले भने, जुन घडी, आधा घडी गर्न सकिन्छ, त्यो तिम्रो स्वभाव होइन। चौबीसै घण्टा गर्न सक्छौ ? सतत निरन्तर गर्नसक्छौ ? ती सम्राटले भने, म घडी दुईघडी मात्र रिस उत्पन्न भएकोमा समेत चिन्तित छु ! मैले सतत कसरी गर्ने भनेर सोध्न पनि खोजेको होइन। बोधिधर्मले भने, मेरो भनाइको अर्थ के हो भने जुन कुरा तिमी सतत गर्नसक्छौ, त्यही तिम्रो स्वभाव हो। यसमा चिन्तित किन हुन्छौ ?

के छ त्यस्तो जुन तिमी सतत किसिमले गर्नसक्छौ ? यसबारे थोरै सोच । तिमी सुखी पनि सतत रहिरहन सक्दैनौ । यो कुरा बुझ्न तिमीलाई धेरै कठिन हुनेछ; तर म तिमीलाई भन्छु, तिमी सुखी पनि सतत रहिरहन सक्दैनौ । थोरै बेर सोच, कतिबेरसम्म सुखी रहन सकौला ? जेसुकै होस्, थोरै बेरमै सुख हराउन थाल्छ, तिमी दुःखी हुन थाल्छौ । तिमीसँग जे भए पनि तिमी सुखबाट अघाउन थाल्नेछौ । महल होस्, मीठा खाद्य परिकार होऊन्, पत्नी होऊन, सबैथोक होस्; कुनै दुःख-दुविधा नहोस्, कुनै बाधाहरू नहोऊन; के गरौला ? कतिबेर सुखी भइरहौला ? घडी, दुई घडीमा तिमी अघाउने छौ । स्वाद बदल्न खोज्छौ । एउटै स्वाद चाख्दा-चाख्दा वाक्क हुन्छौ ।

तिमीले देखेका होऔंला, सुन्दरतम् पत्नी भएका व्यक्ति पनि साधारण कामदार महिलाको प्रेममा फस्न पुग्छन् । यो देखेर अरू मान्छे अचम्भित हुन्छन्; किनभने यस्ती सुन्दर स्त्रीलाई छोडेर एउटी मामुली कामदार स्त्रीसँग प्रेम ! के भएको हो यो मान्छेलाई ?

स्वाद बदलिंदै छ । ऊ अघायो ! सौन्दर्यले पनि वाक्क पार्छ । सुन्दर स्त्रीलाई कतिबेरसम्म हेरिरहन सकिएला ! थोरै समयपछि टाउको दुख्नथाल्छ । राम्रोभन्दा राम्रो गीत कतिपटक सुनौला ? टाउको रिंगाउँछ धेरै सुनिरह्यो भने । भन्नेछौ, अब बन्द गर, पुग्यो । त्यसपछि पनि गीत बजिनैरह्यो भने नारकीय हुनेछ ।

मनले कुनै पनि चीजलाई सतत सहन गर्न सक्दैन । सुख पनि सहन सक्दैन । त्यसैले सुख आउँदा तत्क्षण मनले दुःख पैदा गर्छ । त्यसले स्वाद बदल्छ । फेरि त तिमी तयार हुन्छौ सुख झेल्नलाई । तिमी शान्तसँग पनि बस्न सक्दैनौ धेरैबेर; मनले चाँडै नै अशान्ति निकाल्न थालिहाल्छ; किनभने शान्ति पनि अघाउने बनिदिन्छ ।

बर्ट्रेड रसेलले लेखेका छन्, म मोक्षमा जान मन पराउँदिन; किनभने मैले सुनेको छु मोक्षमा व्यक्तिहरू अनन्त कालदेखि सिद्धशिलामा बसिरहेका छन् । कुनै केही गर्नै पनि छैन त्यहाँ; किनभने गर्नुको मतलब संसार हो । महावीर स्वामी के गर्छन् होला बसीबसी सिद्धशिलामा ? कति दिनदेखि बसिरहेका छन् ! कहिलेसम्म बस्नु छ, यसको कुनै अन्त्य पनि छैन । काम पनि छैन । अखबार पनि छापिंदैन त्यहाँ बिहान सबेरै उठेर बसीबसी पढ्नलाई । कुनै हालखबर त्यहाँ घटित नै हुँदैन; किनभने खबर त गलत ठाउँमा

घटित हुने हो । नर्कमा खुबै घटित हुन्छ । यहाँभन्दा पनि त्यहाँ बढी घ[illegible]न्छ । त्यहाँ दिनमा कममा पनि दस-बाह्र एडिसन अखबार निकाल्नुपर्ने हुन्छ होला । किनभने त्यहाँ घटित भइराख्छ विभिन्न घटनाहरू; मारपिट, काटमार चलिनैरहला । स्वर्गमा केही घटित हुँदैन; सबै आफ्ना- आफ्ना सिद्धशिलामा बसेका हुन्छन् ।

बट्रेड रसलले लेखेका छन्, त्यसैले मन थर्कमान् हुन्छ स्वर्गभन्दा बरू नर्क नै ठीक होला ।

मनले ठीक भनिरहेको छ । तर बट्रेड रसेललाई थाहा छैन मन जबसम्म रहन्छ, तबसम्म मोक्ष पाइँदैन । मन छुट्छ जसले बदलिइरहने परिस्थितिको माग गर्छ । मोक्ष त्यसैले पाउँछ जसको मन अब रहेन । मोक्ष त त्यहीँ जान्छ जो सतत छ ।

तिमी भित्रभित्रै सतत झेल्न सकौला ? न तिमी सुख सतत झेल्न सक्छौ, किनभने त्यसमा पनि उत्तेजना हुन्छ; न तिमी सतत दुःखलाई झेल्न सक्छौ, किनभने त्यसमा पनि उत्तेजना हुन्छ । तिमी केवल शान्त हुन सक्छौ सतत; किनभने त्यो उत्तेजनाको अवस्था होइन । त्यो दुवैको ठीक मध्यमा र दुवैको पार अर्थात् दुवैभन्दा अलग छ ।

म मुल्ला नसरूद्दीनको घरमा पाहुना थिएँ । उनको छोरो खाना खाँदै थियो । पहिले ऊ बायाँ हातले खाँदै थियो, केही क्षणपछि उसले दाँया हातले खान शुरू गऱ्यो । म अचम्मित भएँ । फेरि मैले देखें उसले त फेरि बायाँ हातले नै खान शुरू गऱ्यो । नसरूद्दीनले भने, हजारपटक तँलाई भनें दायाँ हातले मात्र खाना खा भनेर ! बायाँ हातले नखा ! छोरोले भन्यो, के फरक पर्छ; मुख बिल्कुलै दुवैको बीचमा छ- यताकोले खुवाओस् कि उताकोले खुवाओस् । यात्रा बराबरी गर्नुपर्छ । मुख बिल्कुलै मध्यमा छ ।

सुख र दुःखको मध्यमा खोज कुनै बिन्दु, त्यही सतत हुन सक्छ । ठीक मध्यमा सन्तुलन हुन्छ, सम्यकत्व हुन्छ । त्यहाँ न यो अति हुन्छ, न त्यो अति हुन्छ । जस्तो तराजु हुन्छ, त्यो जुन मध्यमा काँटा हुन्छ बीचमा स्थिर-त्यही तिमी हुन सक्छौ । यसमा वजन पऱ्यो, थोरैबेरमा थाकौला, अर्कोतर्फ वजन थप्नुपर्ला । जसरी शवलाई मसानघाट लैजान्छन् राखेर काँधमा; बाटोमा काँधहरू बदलिइरहन्छन् । एउटा काँध दुख्न थाल्छ, अर्कोले आफ्नोमा सार्छ ।

वजनमा कुनै कमी आउँदैन, तर काँध फेर्दा राहत मिल्छ । फेरि थोरै बेरमा त्यो काँध पनि दुख्न थाल्छ, अर्को काँधमा राखिन्छ ।

सुख-दुःख तिम्रा काँध हुन् र कर्ताको भाव तिम्रो अर्थी हो जसलाई तिमी बदलिराख्छौ । कहिले सुखसँग जोडिन्छौ, कहिले दुःखसँग जोडिन्छौ । साक्षी बन ! मध्यमा रोकिनू । तब तिमी सतत रहन सकौला । बुद्धत्व सतत रहन सक्छ, किनभने त्यो शान्त अवस्था हो । त्यहाँ आनन्द छ, तर त्यो आनन्द सूर्यको प्रचण्ड किरण भाँती छैन, चन्द्रमाको शान्त किरण भाँती हुन्छ । त्यहाँ आनन्द छ, तर बलिरहेको आगोको भाँती हुँदैन, शान्त आलोकको भाँती । त्यसमा कुनै तनाव हुँदैन । त्यसमा कुनै बेचैनी हुँदैन ।

तिमीले याद गरेका छौ होला, सुखी मान्छे प्राय हर्ट फेल भएर मर्छन् । निकै सुख आओस्, चिट्ठा एकाएक परोस्, अब तिमी गयौ ।

मैले सुनेको छु, एकजनालाई दस लाख रूपियाँको चिट्ठा पऱ्यो । पत्नीले खबर पाइन् । सो सुनेर पत्नी निकै आत्तिइन्; किनभने उनले आफ्नो पतिलाई राम्रैसँग चिनेकी थिइन्, दस पैसा पाए त हर्ट फेल होलाजस्ता थिए । दस लाख रूपियाँ ! पति बाहिर गएका थिए । उनी दौडेर छिमेकीकहाँ गइन् । मन्दिरका पुजारीलाई भेटिन्, किनभने उनका लागि ऊ ज्ञानी हो । उनले भनिन्, भाइ, अलिकति मलाई सहयोग गरिदिनोस् । पति घर आइपुग्नुअघि, केही उपाय गरिदिनोस् । दसलाख रूपियाँको चिट्ठा परेको छ । उनले भने, न आत्तिनू । ढङ्ले म सम्झाइबुझाइ गरिहाल्छु । मात्रा-मात्रामा काम गर्नुपर्छ । आउनदेऊ पतिलाई, म आइहालें ।

पुजारी गएर उनको घरमा बसे । पति आए । पुजारीले सोचे दस लाख निकै ठूलो रकम हो, एक लाखबाट शुरू गरौं । बिस्तारै-बिस्तारै चोट पार्नाले ठीक भइहाल्नेछ । पूजारीले भने, तिमीलाई एकलाख रूपियाँ चिट्ठामा परेको छ ! ती मान्छेले भने, साँच्चै ! एक लाख पाएँ भने पचास हजार तिम्रो मन्दिरलाई दान भयो । आश्चर्य ती पुजारीको त्यहीँ हर्ट फेल भयो, उनले कहिल्यै पचास हजार पाउने कल्पना गरेका थिएनन् !

सुखले पनि मार्छ । दुःखले त मार्ने नै भयो, सुखले पनि मारिदिन्छ; किनभने दुवैमा उत्तेजना हुन्छ । जहाँ उत्तेजना हुन्छ त्यहाँ सबै भताभुङ् हुन्छन् । सतत त्यहीँ रहनसक्छ जुन तिम्रो अनुत्तेजित स्वभाव हो । जसलाई साध्न नपरोस्, त्यही सतत रहनसक्छ । जुन

सधैं विनासाधेरै तिम्रो भित्र बसेको छ, त्यही सतत रहिरहन सक्छ। जसलाई तिमीले छोड्न पनि सक्तैनौ, त्यही सतत रहन सक्छ।

त्यसैले सबै धर्मको खोज स्वभावको खोज हो। स्वभावको खोज धर्म हो; किनभने त्यो शाश्वत छ। त्यसबाट तिमी कहिल्यै अघाउँदैनौ; किनभने त्यो तिमी स्वयं हौ। त्योबाट अलग हुने उपाय नै छैन। त्योभन्दा पर रहेर हेर्ने कुनै उपाय छैन। जसलाई तिमी टाढा रहेर हेर्न सक्छौ, त्यसलाई तिमी अघाउने छौ; त्यो तिम्रो स्वभाव होइन।

जब मन्त्रले मनलाई मार्नेछ, जब मन्त्रद्वारा मनले आत्महत्या गर्नेछ, तब तिमीभित्र त्यो सतत झरनाको प्रवाह शुरू हुनेछ। जसै यो सतत झरना पैदा हुन्छ, र सुख-दुःख बाह्य वृत्तिहरूसँग विमुक्त हुन्छ, ऊ केवली हुन्छ, एक्लो हुन्छ। ऊ आफ्नो एक्लो धुनमा मस्त हुन्छ। अब उलाई केही चाहिँदैन। अब सबै चाहना मरेर गए। किनभने सुख बाहिर छ, दुःख पनि बाहिरै छ। अब न उसले सुखको चाहना गर्छ, न दुःखबाट बच्ने कुनै चाहना राख्छ। जे बाहिर छ, त्यसको सम्बन्ध छुट्यो। अब त ऊ आफूभित्रै स्थिर छ। भित्र ऊ सतत आनन्दित छ, त्यसैले चाहनाको सवालै रहेन। अब ऊ सतत आफ्नो चेतनामा रमाउँछ। त्यसको सच्चिदानन्द अब निरन्तर चलिनैरहन्छ। त्यो उसको श्वास-श्वासमा, हुनुको कण-कणमा व्याप्त छ।

'र यीबाट स्वतन्त्र, ऊ केवली हुन पुग्छ।'

'त्यो कैवल्य अवस्थामा आरूढ भएका योगीका अभिलाषा-क्षयकै कारण जन्म-मरण पूर्ण क्षय भएर जान्छ।'

फेरि न कुनै जन्म हुन्छ, न फेरि कुनै मरण नै हुन्छ। जन्म र मरण सुखको खोजको यात्रामा हो। हामी चाहन्छौं सुख। सुख मिल्न सक्छ केवल शरीरबाट, त्यसका लागि शरीर लिनुपर्ने हुन्छ। जस्तो सुख हामी चाहन्छौं, उस्तै शरीर हामी ग्रहण गर्छौं। फेरि सुखको आकाङ्क्षा मर्ने बेलासम्म पनि रहिरहन्छ। मरेरै जाने बेला आएको छ, तर सुखको आकाङ्क्षा रहिनैरहन्छ। त्यही आकाङ्क्षा बीज बन्छ नयाँ जन्मको।

जब वृक्ष मर्न थाल्छ, उसले के गर्छ ? मर्नुभन्दा पहिले वृक्षले आफ्नो सबै जीवन-ऊर्जालाई एकत्रित गरेर बीजमा थुपारिदिन्छ।

बीज वृक्षको आकाङ्क्षा हो कि म फेरि पनि रहिरहूँ । बीज अद्‌भूत घटना हो ! किनभने वृक्ष यति ठूलो छ, तर आफ्नो सम्पूर्ण सञ्चयलाई निचोरेर बीजमा राखिदिन्छ । ती बीजलाई यात्रामा पठाइदिन्छ । त्यो वृक्ष मरेर जान्छ, यो देह ढल्छ, तर नयाँ देहका लागि त्यसले व्यवस्था पनि गरिसक्यो । यसैले तिमी हेर, वृक्ष एउटा सानो बीजबाट उत्पन्न हुन्छ । तर मर्ने बेला, मर्नुभन्दा पहिले, एउटा वृक्षले करौडौं बीज छोडेर जान्छ । किनभने के भरोसा एउटा मात्र बीज भएमा त्यसले उर्वरा भूमि नपाउन पनि सक्छ । ढुङ्गैमा परेर रहोस् ! पानी नै नपाओस् । जनावरले खाइदेलान् ! कसैले किचकाचै पारिदेला ! यति धेरै खतरा वृक्षले देखेको हुन्छ । एउटालाई त खतरा रहिरहन्छ, बच्छ कि बच्दैन ? त्यसैले करोड बीज उत्पादन गर्छ । हजार उपायले बीजलाई यस्तो ठाउँमा पठाउँछ जहाँ त्यसलाई ठीक भूमि मिल्न सकोस् ।

तिमी हेर सिमलको फूललाई । सिमल वृक्षको एउटा खुबी के हुन्छ भने त्यसको तलतिर, वरपर कुनै बिरूवा उम्रन्नन् । त्यसैले सिमलले आफ्नो बीजमा भुवा बेरिदिन्छ, ताकि कुनै बीज तल नखसून् । किनभने तल खसे कि मर्छन् । तिमी यो नसम्झ भुवा तिमीलाई गद्दा-तकियामा भर्नका लागि सिमलले फलाएको हो । भुवा लगाउँछ सिमलले आफ्ना बीजहरूलाई पखेटा दिनका लागि, ताकि हावाका झोक्काहरूसँगै उनीहरू टाढा टाढासम्म जाऊन् । एउटा कुरा निश्चित त्यसको बीज सीधै तलपट्टि खस्न पाउँदैन, टाढा कहीं पुगेर खस्छ, त्यहाँ तल खस्दैन भूवाको कारणले गर्दा; किनभने तल सिमलको कुनै बिरूवा उम्रन सक्दैन । सिमलले वरिपरिका पानीलाई चुसेर लिन्छ ।

ठूलो रूखमुनि विरूवा उम्रन पनि मुश्किल हुन्छ । यसैले सबै वृक्षले आ-आफ्नै तरिका खोज्छन् । तिमी यिनलाई कम नठान । उनीहरू सबै कुशल र बाठा छन् । तिमीले तिनीहरूलाई सीधा-सादा नसम्झनू ! संसारमा कोही सिधा-सादा हुन सक्तैनन् । सिधा-सादा भयो कि मोक्ष ! यहाँ बाङ्गा बटारिएकै हुन्छन् । बाङ्गो हुनु यहाँ हुनुको शर्त हो । यही यहाँको योग्यता हो । वृक्ष हजार..... तिमी वृक्षका सम्बन्धमा अध्ययन गर, तिमी चकित हुनेछौ थाहा पाएर कि कस्तो-कस्तो तरिका वृक्षहरूले अपनाउँछन् ! पुतलीहरूको सहायता लिन; पुतलीहरूलाई नै आकर्षित गर्छन् । पुतलीहरू सोच्दा होलान्

जुन मधुर रस बगिराखेको छ वृक्षमा, उनैका लागि हुन् । तिनीहरू भ्रान्तिमा छन् । उनीहरूलाई लोभ मात्रै दिइएको हो । वृक्षहरूले उनीहरूका खुट्टामा, पखेटाहरूमा बीज टाँसेर पठाइराख्छन् । हजार तरिका वृक्षले अपनाउँछ बच्नलाई । जब वृक्षले यति धेरै तरिका अपनाउँछ भने तिमी किन पछि परौला ? तिम्रो चलाखीको त कुनै अन्त्य नै छैन ।

एक मनुष्यले, एक पुरुषले आफ्ना सबै वीर्यकणहरूलाई उपयोग गऱ्यो भने यो पृथ्वीमा जति जनसङ्ख्या छ, त्यति एउटा पुरुषले पैदा गर्नसक्छ । एक साधारण पुरुषले आफ्नो जीवनमा साधारण, न ब्रह्मचारी, न व्यभिचारी, दुवैको मध्यमा जो साधारण हो- उसले कममा पनि चार हजारपटक सम्भोग गर्छ । सम्भोगमा लगभग दश करोड जिवाणु, दश करोड बीज, एकपटकको सम्भोगमा स्खलित हुन्छ । त्यो समयका सबै बीज सफल हुने हो भने के होला, अहिलेसम्म त हुन सकेको छैन किनभने स्त्रीको सीमा छ, उनलाई नौ महिना लाग्नेछ एक बीज पकाउनलाई, एक स्त्रीले बाह्र, पन्ध्र, बढीभन्दा बढीमा चौबीस सन्तान जन्माउन सक्छिन् । त्यसैले सीमा छ । त्यसैले सम्राटहरू कैयौं रानीहरू राख्थे; ताकि त्यो सीमा भत्काउन सकियोस् ।

अब वैज्ञानिक उपायहरूबाट एउटै व्यक्तिको वीर्यकणलाई दुनियाँका सारा स्त्रीलाई दिन सकिन्छ, इन्जेक्ट गर्न सकिन्छ । यो कुराको प्रबल सम्भावना छ । किनभने वैज्ञानिकहरूले दिएका सुझावहरू जतिसुकै खतरनाक किन नहोऊन्, धेर-थोर दिनमा स्वीकृत हुन्छन् । उनीहरू भन्छन्, सबै मान्छेलाई सन्तान जन्माउने हक हुनु हुँदैन । आइन्स्टाइनजस्ता व्यक्ति, जो प्रतिभावान् छन्, तिनीहरूको वीर्यलाई उपयोगमा ल्याउनूपर्छ । ठीक छ ! बागवानीमा तिमी धेरै कुशल छौ, सही बीज छान्ने काम गर्छौ भने मान्छेको बगवानीमा किन बीज नछान्ने ? बागैंचा बगैंचेले हेर्छ, राम्राभन्दा राम्रा स्वस्थ बीजहरू खोजेर ल्याउँछ र रोप्छ । रद्दी बीज उसले रोप्दैन ।

आज नभए भोलि, दुनियाँका सबै मान्छेले सन्तान जन्माउने हक नपाउने अवस्था छ । थोरै मान्छेहरू, जसलाई वैज्ञानिकहरूले तय गर्नेछन्- स्वास्थ्यमा, बुद्धिमा, प्रतिभामा, उमेरमा- उनीहरूका वीर्य मात्र उपयोगमा ल्याइनेछ । र त्यसको प्याकेट पाइनेछ । त्यसलाई तिमी ल्याउन सक्छौ । एउटै मान्छेले पूरा पृथ्वीलाई भरिदिन सक्ने

परिणाममा वीर्य पैदा गर्न सक्छ । यो पनि जीवन- आकाङ्क्षा नै हो ।

तिमी छक्कै पर्नेछौ–तिमीले पढेका छैनौ होला, किनभने यो कहीँ लेखिएको पनि छैन अहिलेसम्म–यो थाहा पाएर कि जसरी कुनै व्यक्ति सुख-दु:खबाट बाहिर हुन जान्छ, केवली बन्छ, ऊभित्र वीर्य बन्न बन्द भएर जान्छ । उसले ठीक ब्रहमचर्य उपलब्ध गर्छ, जसको भित्र वीर्यबन्न बन्द भएको छ ।

जन्मको सम्पूर्ण आकाङ्क्षा हराएर गएको छ भने त्यस्ता मानिसभित्र बीर्य बन्न बन्द हुन्छ । जबसम्म जन्मिने आकाङ्क्षा छ, म बचूँ, कुनै पनि रूपमा बचूँ; यो शरीर नष्ट भएर जाओस् कुनै चिन्ता छैन; अरू शरीरमा रहूँ, तर रहूँ; जीवेषणा जबसम्म रहिरहन्छ, तबसम्म शरीरले उत्पादन गरिराख्छ वीर्यकणलाई ।

यता मृत्यु हुन्छ र शरीर सकिन्छ, उता तिम्रो वासनाग्रस्त आत्मा नयाँ गर्भको खोजीमा रहन्छ । तिमी तबसम्म भौंतारिरहनेछौ, जबसम्म तिमीले सुख र दु:खसँग आफूलाई जोडिएको सम्झिराख्छौ । तिमीले पूरा कोसिस गर्नेछौ दु:ख नहोस् र सुख मिलोस् भनेर । म अझै सुखको यात्रा गरिरहूँ, अरू सुख खोजूँ । ति॰॰ सपनाले तिमीलाई नयाँ जन्ममा लैजान्छ ।

त्यस कैवल्य अवस्थामा आरूढ योगीको अभिलाषा-शून्यताकै कारण जन्म-मरणको पूर्ण क्षय भएर जान्छ ।

ऊ जन्मदैन । जो जन्मदैन उसको म॰॰को कुनै कारणै हुँदैन । जन्मन्छौ त मर्छौ । जन्मको नै दोस्रो पक्ष म॰ण हो । त्यो सिक्कामा झैं एकातर्फ जन्म र अर्कोतर्फ मृत्यु हुन्छ । यता तिमी जन्मियौ, उता तिमी मरौला । जसलाई मृत्युबाट मुक्त हुनुछ, उसले जन्मबाटै मुक्त हुनुपर्छ ।

मृत्युबाट त सबै मुक्त हुन चाहन्छन्, तर जन्मबाट मुक्त हुन कोही पनि चाहन्नन् । यही हाम्रो कठिनाइ हो । दु:खबाट सबै मुक्त हुन चाहन्छन्, सुखबाट मुक्त हुन कोही पनि चाहन्नन् । जुन दिन तिमी सुखबाट मुक्त हुन चाहौला, त्यो दिन तिम्रो जीवनमा क्रान्ति घटित हुन्छ, त्यसै दिनदेखि तिमी धार्मिक भयौ ।

मुल्ला नसरूद्दीन पहिलोपटक समुद्र यात्रामा निस्किए । पहिलोपटक जहाज चढेका थिए । निकै बिसन्चो भयो- बान्ता, वमन,

चक्कर रिंगटा ! एक बिहान उनी निकै आत्तिए । बाहिर तूफान भयङ्कर थियो र जहाज ढलपल गर्दै खुब डोलायमान भइरहेको थियो । उनले पत्नीलाई भने, सबै सम्पत्ति तिम्रो नामबाट लिखत सारेर मेरो मञ्जुरीनामा बैंकमा राखिएको छ । सबै हिसाब-किताब त्यहाँ छ । मलाई अर्को किनारामा गाडिदिनू- म मरूँ कि न मरूँ ! किनभने जीउँदो वा मूर्दा, यस्तो यात्रा अब फेरि अर्कोपटक गर्न सकिंदैन । जिउँदो वा मूर्दा, यस्तो यात्रा अब फेरि अर्को पटक गर्न सक्तिन । तिमी मलाई त्यहीं गाडेर जानू । बाँकी जे जति छ सबै बैंकमा छ, त्यो तिमीले सभाल्नू ।

जुन दिन तिमीलाई जिन्दगी काम नलाग्ने देखिन थाल्छ, यो पूरै यात्रा यति व्यर्थ लाग्न थाल्ने छ कि जीउँदो वा मूर्दा, तिमी कुनै पनि हालतमा यो यात्रामा फर्केर आउन चाहने छैनौ, जुन दिन तिमीलाई यो जिन्दगी मृत्युभन्दा पनि कुरूप देखा पर्न थाल्ने छ त्यसै दिन तिम्रो जीवनमा क्रान्ति हुनेछ । अहिले त तिमी धर्ममा पनि उत्सुक छौ, त्यो पनि सुख खोज्नकै लागि । त्यसैले तिमीले धर्मलाई कहिल्यै पहिल्याउदैनौ ।

धर्ममा तिम्रो उत्सुकता वास्तविक तब मात्रै होला, जब तिमी यस जीवनको यात्रामा कुनै पनि स्थितिमा जान राजी हुने छैनौ । तिमीले सबै देख्यौ र तिमीले सबै व्यर्थ पायौ । तिमीले सुख देख्यौ र ती पनि पीडाबाट भरिएको पायौ । तिमीले दुःख देख्यौ र ती पनि पीडाहरूबाटै भरिएको पायौ । दुःख त दुःख नै भयो, यहाँ सुख पनि दुःखै हुन्छ । यहाँ जे मीठो लाग्छ, त्यो पनि विषै हुन्छ । यहाँ विष त विष नै भयो, अमृतको बखान गरिन्छ, त्यो पनि विषलाई लुकाउने तरिका हो । जुन दिन तिमीलाई सबै व्यर्थ लाग्यो, सबै बाहिर छन् र सबै सारहीन छन् भन्ने लाग्यो, त्यसै दिन तिम्रो जीवनमा धर्मको जन्म हुनेछ ।

ध्यान रहोस्, आफ्नो मनलाई सोध, तिमी धर्ममा उत्सुक सुखकै लागि भएका हौ ? तिमी उत्सुक छैनौ । धर्ममा साँचो उत्सुकता तब हुन्छ जब तिमी शान्तिका लागि–सुखका लागि होइन–शान्तिका लागि उत्सुक हुन्छौ । सुख पनि व्यर्थ, दुःख पनि व्यर्थ; अब तिमी दुवैबाट छुट्कारा चाहन्छौ ।

'त्यो कैवल्य अवस्थामा आरूढ योगीको अभिलाषा- शून्यताकै कारण... ।'

अब उनमा कुनै वासना छैन । अब उनी कुनै यात्रामा जान चाहन्नन् । यात्रा मात्र व्यर्थ भएर गयो ।

'......जन्म-मरणको पूर्ण क्षय भएर जान्छ ।'

'यस्ता भूतकंचुकी, विमुक्त पुरुष परम शिवरूप नै हुन् ।'

त्यही ब्रह्म हो, त्यही परमात्मा हो । यस्ता भूतकंचुकी– यो शब्द निकै प्यारो छ । भूतकंचुकीको अर्थ होः पाँचै तत्व, जसबाट शरीर बनेको छ, उसका लागि बस्त्र बराबर भयो, भूतकंचुक भयो । जसका लागि शरीर, मन–किनभने दुवै पञ्चभूतबाट बनेका हुन्; यो स्थूल पञ्चभूतबाट बनेको शरीर र सूक्ष्म पञ्च तन्मात्राहरूले बनेको मन, यी दुवै एउटैको स्थूल र सूक्ष्म रूप हुन्–यी दुवै लुगाजस्ता भए, र जसले आफूलाई यही लुगाभित्र लुकेको भनेर चिनेको छ; जसले प्याजलाई पूरै छोडायो; भित्रको शिवत्वलाई र शुन्यत्वलाई बुझ्यो; यस्ता भूतकंचुकी, विमुक्त पुरुष स्वयम् परमात्मा हुन पुग्छन् ।

हामी यस देशमा कुनै एक परमात्मामा भरोसा गर्दैनौं, कुनै एक परमात्मा आकाशमा बसेका छन्, उनले सबैलाई चलाइरहेका छन् भनेर पनि मान्दैनौं । हामी यस देशमा, सबै जीवन-यात्राहरूको अन्त्य परमात्मामै हुन्छ भनेर भरोसा गर्छौं । यहाँ सबै फुल्दे-फक्रदे परमात्मा स्वरूप हुन पुग्छन् । परमात्मा कुनै स्थिति मात्र हैन, सबैको भविष्य हो । यो भनाइलाई केही गहिराइमा पुगेर बुझौं ।

दुनियाँमा अरू धर्महरू पनि छन् जुन भारतभन्दा बाहिर पैदा भए- ईसाई, यहुदी, इस्लाम । यी तीन ठूला धर्महरू भारतभन्दा बाहिरै पैदा भएका हुन् । तीन ठूला धर्महरू भारतमा पैदाभएका हुन्- हिन्दु, बौद्ध, जैन । यिनमा आधारभूत फरक छ । त्यो आधारभूत फरक हो- यहुदी, ईसाई र इसलामले परमात्मालाई पछाडिपट्टि देख्छन्– आदि कारणझैं–उनेले जगत्लाई बनाए । हामी परमात्मालाई अगाडिपट्टि देख्छौं–अन्तिम फलको रूपमा । यसमा ठूलो अन्तर पर्छ । परमात्मा भविष्य हो, अतीत होइन । परमात्मा बीज हैन, फूल हो । त्यसैले हामीले बुद्धलाई फूलमा बसाएका छौं- कमलको फूल, सहस्रदल जुन राम्ररी फुलेको छ ।

परमात्मालाई पछाडि मान्ने हो भने, दुनियाँलाई उसले बनायो, त्यसैले त्यो एक हो । त्यसो भए दुनियाँ एक किसिमको तानाशाही हुनेछ । यो दुनियाँमा मोक्ष घटित हुन सक्दैन । किनभने जब तिमीले

बनाएका हौ भने स्वतन्त्रता कसरी ? बनाइएकाको कुनै स्वतन्त्रता हुन्छ ? जुन दिन बनाउनेले आफ्नो सिर्जनालाई नष्ट गर्न चाहला, नष्ट गरिदेला। उसले बनाउनसक्छ भने नष्ट गर्नमा के बाधा पर्ला ? त्यसो हो भने तिमी खेल-खेलौना हौ, कठपुतली हौ। तब तिम्रो आत्मा र स्वतन्त्रताको कुनै अर्थ छैन।

त्यसैले हामी परमात्मालाई स्रष्टाको रूपमा हेर्दैनौं, हामी परमात्मालाई अन्तिम निष्पित्तिका रूपमा हेर्छौं। त्यो तिम्रो अन्तिम विकास हो। परमात्मा विकासको प्रथम चरण हैन, अन्तिम शिखर हो। ऊ गौरीशङ्कर हो। ऊ कैलाश हो। ऊ अन्तिम शिखर हो जहाँ सबै चेतनाहरू अन्ततः पुग्छन्; जतातिर सबैको यात्रा चलिरहेको छ। ढिलो-चाँडो सबैले त्यहाँ पुग्नुछ। तिमी दिन-दिनै बन्दै रहेका परमात्मा हौ।

परमात्मा कुनै एउटा घटना होइन जो घटित भयो; परमात्मा एक प्रवाह हो जुन प्रतिपल घटित भइरहेको छ। परमात्मा प्रतिक्षण भइरहेको छ। ऊ तिमीभित्र बढिरहेको छ। तिमी परमात्माको गर्भ हौ।

यसैले यो शिव-सूत्र पूरा हुन्छ यो अन्तिम कुरामा। यहीं सम्पूर्ण शास्त्रहरू पूरा हुन्छन्। तिमीबाट शुरू हुन्छ, परमात्मामा पुगेर पूरा हुन्छ। तिमी जस्तो अहिले छौ, त्यो पहिलो चरण; तिमी जस्तो अन्ततः हुन पुग्नेछौ, त्यो अन्तिम चरण। बीजकै रूपमा तिमी, त्यो तिम्रो भौंतारिनेपन; वृक्षकै रूपमा वृक्षझैं तिमी जब फुलौला आफ्नो समग्रतामा, त्यो तिम्रो निष्पत्ति, त्यो तिम्रो फुलफिलमेन्ट, त्यो तिम्रो आप्तकाम, सबै पूरा भएर गयो।

जब फूल फुल्छ, वृक्षको प्राण पूरा भयो। फुलेकैले वृक्षले आफ्नो पूरै सुगन्ध पायो। वृक्ष जे चीजका लागि पैदा भएको थियो, त्यही घटित भइदियो। फूल फुल्नासाथ वृक्ष नृत्यले भरिन्छ। त्यसका रौं-रौं पुलकित हुन्छन्। ऊ व्यर्थको भएन; सार्थक भयो, फलिभूत भयो; सुगन्ध, सौन्दर्य त्यसमा फुल्यो !

जब वृक्ष फूल फुल्नासाथ यति आनन्दित हुन्छ, जुन क्षणभर टिक्छ र झर्छ, जुन अहिले फुल्यो र साँझ हुनुअघि ओइलाउँछ भने कति आनन्द होला जब कुनै वर्द्धमान महावीर भइदिन्छ—जब फूल फुल्छ; जब कुनै गौतम सिद्धार्थ बुद्ध भइदिन्छ—जब फूल फुल्छ !

यस्तो फूल जुन कहिल्यै ओइलाउँदैन ! त्यही फूललाई हामी शिवत्व भन्छौं । त्यही परमात्मा हो ।

मन्त्रको उपयोग गर, ताकि तिमीमा जुन व्यर्थ छ, त्यो काटिएर जाओस्; र तिमीमा जे सार्थकता छ, त्यसमा निखार आओस् । मन्त्रको उपयोग गर, जसबाट जस्ता तिमी छौ, त्यो नष्ट भएर जान्छ, भूमिमा छरिन्छ; र तिमी जे बन्न सक्छौ, त्यो अङ्कुरित हुन थाल्छ ।

तिमीले आफूभित्र परमात्मालाई लुकाएर हिंडिरहेका छौ, जोगिएर हिंड, सावधान भएर हिंड । जसरी गर्भिणी स्त्री जतनसँग हिंड्छिन्, उस्तै किसिमले साधक जतनसँग हिंड्छन् । किनभने यहाँ तिम्रो जीवनको मात्र सवाल हैन, तिमीभित्रका सारा अस्तित्व दाउमा परेका छन् । सारा अस्तित्व तिमीभित्र फुल्न र मौलाउन आतुर छन् । तिम्रो उत्तरदायित्व धेरै ठूलो छ ! असाध्यै सावधानीले, जतनसँग, होशपूर्वक एक-एक पाइला सार्नू, किनभने तिमीबाट परमात्माको जन्म हुनुछ ।

ओशो- एक परिचय

बुद्धपुरूषहरूको अमृत धारामा ओशो एक नयाँ प्रारम्भ हो । उहाँ अतीतका कुनै पनि धार्मिक परम्परा वा श्रृंखलाको कुनै कडी हुनुहुन्न । ओशोबाट एउटा नयाँ युगको शुभारम्भ हुन्छ र समयसमेत दुई सुस्पष्ट खण्डहरूमा विभाजित हुन्छ अर्थात् ओशो-पूर्व तथा ओशो-पश्चात् ।

ओशोको आगमन सँगसँगै एक नयाँ युगको सूत्रपात भएको छ । तीनका कुनै पनि आधारशीला अतीतका कुनै पनि धर्म र कुनै पनि विचार-पद्धति बनेका छैनन् ।

आशो एक नवोन्मेष हुनुहुन्छ, नयाँ मनुष्यको, नयाँ मनुष्यताको ।

ओशोको यो नवीन मनुष्य 'जोरबा दि बुद्धा' जीवनको पूरा आनन्द उपभोग गर्न जान्दछन् र गौतम बुद्धझैं मौन रहेर ध्यानमा ओर्लन पनि सक्षम हुन्छन् । 'जोरबा दि बुद्धा' एक समग्र तथा अविभाजित मनुष्य हो । ओशोका यी नयाँ मनुष्य भविष्यको एक मात्र आशा हुन्; यी विना पृथ्वीको भविष्य छैन ।

जीवनका कुनै पनि त्यस्ता आयाम छैनन् जुन उहाँको प्रवचनबाट अलग रहेका हुन् । योग, तन्त्र, ताओ, झेन, हसीद, सूफीजस्ता विभिन्न साधना-परम्पराहरूका गूढ रहस्यहरूमाथि उहाँले सविस्तार व्याख्यान दिनुभएको छ । साथै राजनीति, कला, विज्ञान, मनोविज्ञान, शिक्षा, परिवार, समाज, गरीबी, जनसङ्ख्या-विस्फोट, पर्यावरण तथा सम्भावित परमाणु युद्ध र त्योभन्दा पनि भयङ्कर विश्व-सङ्कट एड्सजस्ता विषयहरूमा पनि उहाँको क्रान्तिकारी जीवन-दृष्टि उपलब्ध छन् ।

शिष्यहरू तथा साधकहरूका बीच दिइएका उहाँका प्रवचनहरू छसय पचासभन्दा बढी पुस्तकको रूपमा प्रकाशित भएका छन् र तीसभन्दा बढी भाषामा अनुदित छन् । उहाँ भन्नुहुन्छ, "मेरो सन्देश कुनै सिद्धान्त, कुनै चिन्तन होइन । मेरो सन्देश रूपान्तरणको एक विज्ञान हो ।"

ओशोको जन्म भारत मध्यप्रदेशको कुचवाडा गाउँमा ११ दिसेम्वर १९३१ मा भएको थियो । २१ मार्च १९५३ मा उहाँको जीवनमा परम संबोधिको बिस्फोट भयो, उहाँले बुद्धत्व प्राप्त गर्नुभयो र १९ जनवरी १९९० मा उहाँले ओशो कम्युन इन्टरनेसनलमा देह-त्याग गर्नुभयो ।

ओशोको समाधिमा स्वर्ण अक्षरमा यी हरफहरू अङ्कित छन् :

OSHO
Never Born
Never Died
Only Visited this
Planet Earth between
Dec 11 1930 - Jan 19 1990

ओशो तपोवन

एक परिचय

- नेपालमा ५ कम्युन र ८१ ध्यान केन्द्रहरूको स्थापना र संयोजन,
- संसारका २० राष्ट्रमा ध्यान शिविर संचालन र ध्यान केन्द्रहरूको स्थापना,
- आधुनिकतम् सुविधा सम्पन्न ५० बाथरूम अट्याच्ड र १५ नन अट्याच्ड कोठा र ४ डरमेटरी जसमा ५० स्थायी आश्रमवासी संन्यासी र २०० आगन्तुक मित्रहरूका लागि आवासको सुविधा,
- ओशोको पावन अस्तु राखी निर्मित सुन्दर ओशो समाधि,
- प्रतिदिन पाँच ध्यान सत्र,
- हरेक सप्ताहन्त ध्यान शिविर (शुक्रबार बिहानदेखि आइतबार बिहान सम्म)
- हरेक वर्ष ७ दिवसीय पाँच मौन रूपान्तरण साधना शिविर,
- प्रत्येक शनिवार अपरान्ह सत्सङ्ग, सन्ध्या सन्यास उत्सव,
- विशेष महोत्सव- ११ दिसम्बर, १९ जनवरी, २१ मार्च, गुरूपूर्णिमा र बुद्धपूर्णिमा,
- हरेक वर्ष मिस्टिक रोज, नो-माइन्डजस्ता विभिन्न मेडिटेटिभ ग्रुप थेरापीहरूको आयोजना,
- ओशोका समस्त प्रवचन पुस्तक, अडियो र भिडियोमा उपलब्ध,
- नेपाली-भारतीय भोजनका लागि सुजाता किचेन, स्न्याक्स र फास्टफुडका लागि जोर्बा र कन्टीनेन्टल भोजनका लागि मरियम किचन,
- ओशो तपोवनद्वारा प्रकाशित ओशो साहित्य लागतभन्दा कम मूल्यमा वितरणका लागि उपलब्ध ।

ओशो तपोवन

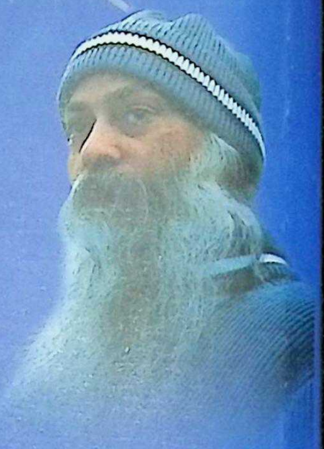
नागार्जुन हिल्स्, काठमाडौं

फोनः ०१६९१०८८९, मोबाइलः ९८०१४४०३३५, ९८४१४४४२१८, ९८४१५७२४७१

इमेलः tapoban@wlink.com.np वेबः www.tapoban.com

31250

मधुवन प्रकाशनबाट प्रकाशित ओशो साहित्यका पुस्तकहरु



१. सत्यको खोज
२. जीवन-अमृत
३. म मृत्यु सिकाउँछु
४. जे खोज्यो त्यही पाइने
५. समाजवाददेखि सावधान
६. ध्यानयोग
७. ध्यान विज्ञान
८. जीवन के हो ?
९. नारी र क्रान्ति
१०. ओशोका दृष्टिमा शिक्षा
११. आनन्द गङ्गा
१२. प्रेम के हो ?
१३. व्यस्त जीवनमा ईश्वरको खोज
१४. सम्भोगबाट समाधितिर
१५. शिक्षामा क्रान्ति
१६. जीवन-रहस्य
१७. म धार्मिकता सिकाउँछु, धर्म होइन
१८. योग-सुत्रः सद्गुरुको समर्पण
१९. गीता : विज्ञान-कला-अध्यात्म
२०. विचार-क्रान्ति
२१. क्रान्तिबीज
२२. ध्यान-दर्पण
२३. ध्यान-सुत्र
२४. सत्यको पहिलो किरण
२५. शिक्षामा नयाँ प्रयोग
२६. शिव-सूत्र

मधुवन प्रकाशनबाट प्रकाशित ओशो साहित्यले धार्मिक-आध्यात्मिक, सांस्कृतिक, सामाजिक, राजनैतिक, शैक्षिक, महिला-पुरुष लगायत सबै क्षेत्रको प्रतिनिधित्व गरेका पुस्तकहरु प्रकाशित भएका छन् । यी पुस्तकको अध्ययन-अध्यापनबाट मानिसले भौतिक-आध्यात्मिक क्षेत्रको पहिचान गर्दै पारलौकिकतातर्फ उन्मुख हुन सक्नेछन् र जीवनलाई धन्य-धन्य बनाउन सक्नेछन् । यसबाट नै मानिसले जीवनको सही मार्ग पहिचान गरी जीवनलाई सार्थक बनाउन सक्नेछन् ।

प्रकाशक तथा वितरक

मधुवन प्रकाशन

पुतलीसडक, काठमाडौं, नेपाल

9 789937 512787